

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

SILVANE CRISTINA PAILO

A RELAÇÃO DE OUTRIDADE E O YOGA: UMA PRÁTICA PARA IDOSOS NO  
CONTEXTO URBANO

CURITIBA

2020

SILVANE CRISTINA PAILO

A RELAÇÃO DE OUTRIDADE E O YOGA: UMA PRÁTICA PARA IDOSOS NO  
CONTEXTO URBANO

Dissertação apresentada ao curso de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento, Setor de Ciências Agrárias, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Meio Ambiente e Desenvolvimento.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Cristina de Araújo Lima

Co-orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Rafaela Antunes Fortunato

CURITIBA

2020

Pailo, Silvane Cristina

A relação de outriedade e o yoga: uma prática para idosos no contexto urbano. / Silvane Cristina Pailo. - Curitiba, 2020.

Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Paraná. Setor de Ciências Agrárias, Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento.

Orientadora: Cristina de Araújo Lima.

Coorientadora: Rafaela Antunes Fortunato.

1. Crise Socioambiental. 2. Racionalidade. 3. Identidade social. 4. Ioga. 5. Ambiente urbano. I. Lima, Cristina de Araújo. II. Fortunato, Rafaela Antunes. III. Título. IV. Universidade Federal do Paraná.

## TERMO DE APROVAÇÃO

Os membros da Banca Examinadora designada pelo Colegiado do Programa de Pós-Graduação em MEIO AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO da Universidade Federal do Paraná foram convocados para realizar a arguição da dissertação de Mestrado de **SILVANE CRISTINA PAILO** intitulada: **A RELAÇÃO DE OUTRIDADE E O YOGA: UMA PRÁTICA PARA IDOSOS NO CONTEXTO URBANO**, que após terem inquirido a aluna e realizada a avaliação do trabalho, são de parecer pela sua APROVAÇÃO no rito de defesa.

A outorga do título de mestre está sujeita à homologação pelo colegiado, ao atendimento de todas as indicações e correções solicitadas pela banca e ao pleno atendimento das demandas regimentais do Programa de Pós-Graduação.

CURITIBA, 29 de Abril de 2020.

Assinatura Eletrônica

22/07/2020 17:28:15.0

RAFAELA ANTUNES FORTUNATO

Presidente da Banca Examinadora

Assinatura Eletrônica

23/07/2020 13:36:41.0

ARIADNE SÍLVIA DE FARIAS

Avaliador Externo (null)

Assinatura Eletrônica

23/07/2020 11:32:11.0

JOÃO FREDERICO RICKLI

Avaliador Externo (DEPARTAMENTO DE ANTROPOLOGIA - UFPR)

Assinatura Eletrônica

23/07/2020 13:32:38.0

MAYRA TAIZA SULZBACH

Avaliador Interno (UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ)

Ao meu pai, Noel (1933 – 2017) que, com seu bom coração, sempre ajudou a muitos e, com certeza, nesta hora, está muito orgulhoso de sua filha.

## AGRADECIMENTOS

Difícil tarefa de abarcar todos os agradecimentos desde o início de tudo. E, suspeitando, ainda, que somos todos uma experiência da existência, identificados com “sermos individuais”, agradeceria, primeiramente, a alguma entidade invisível, ao meu anjo da guarda ou *guru*, ou ainda, a algum guardião de todos os segredos (ou de um segredo maior), que, escondido detrás de uma boa ideia (neste caso, uma dissertação de mestrado), protege tudo aquilo que, de não dito, permanece a pulsar rumo à investigação, à dúvida e à incerteza.

Agradeço à Universidade Federal do Paraná pelo que ela representa para toda a sociedade, e pela oportunidade encontrada neste curso de mestrado, para o qual não me foi cobrada nenhuma taxa, e que, apesar de não ter sido contemplada com bolsa de estudo, obtive muitos benefícios como estudante.

A todos aqueles que lutam pela continuidade da universidade pública dentro do terrível contexto político que vivemos no país.

Ao PPGMADE pela possibilidade de participar deste grande encontro com pessoas tão maravilhosas, professores e colegas, em especial às minhas orientadoras, Cristina e Rafaela, que, com generosidade e fé num futuro melhor, dedicam seu tempo e conhecimento para a evolução da ciência.

Aos meus colegas de curso e aos amigos que me ouviram tantas vezes e muito contribuíram nessa caminhada.

Finalmente, agradeço aos meus pais e familiares, pelo apoio sempre contínuo e incondicional, em especial à minha mãe, que me ajudou diretamente neste período de estudo.

Concluo que, mesmo com um investimento pessoal gigantesco, em tempo, dedicação e recursos para uma autossustentação, nestes tempos sombrios, uma coisa posso afirmar com toda a certeza: nada foi por acaso.



OM – Som sagrado e símbolo espiritual

## Gāyatri Mantra

ॐ भूर् भुवः सुवः ।  
तत्सवितुर्वरेण्यं  
भर्गो देवस्य धीमहि ।  
धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

*om bhūr bhuvaḥ svaḥ  
tat savitur vareṇyam  
bhargo devasya dhīmahi  
dhiyo yo naḥ prachodayāt*

Rigveda 3.62.10

“Ó luz autorresplandecente que deu origem a todas as lokas [esferas da consciência], que é digna de devoção e aparece através da órbita do Sol, ilumina o nosso intelecto”.



## RESUMO

A crise socioambiental global aparece como resultado da “Era do Conhecimento” – como é chamada essa etapa civilizatória em que o ser humano construiu e transformou o mundo em uma modalidade e magnitude sem precedentes. A crise de uma época em que as atividades humanas foram potencializadas – pelo poder da técnica e superioridade do pensamento – vem provocando perturbações do equilíbrio simbiótico do planeta e colocando em dúvida a possibilidade de existência das gerações futuras e a própria condição de permanência da espécie humana na Terra. O problema da persistência de tal modelo de desenvolvimento remete a uma pergunta fundamental: haverá mundo para os outros? Tal questão suscita a necessidade de provocar um tensionamento dos limites da ciência, colocando em diálogo campos muito distintos do conhecimento: o saber do yoga e o saber oriundo do debate acadêmico, interdisciplinar. Do campo do conhecimento ambiental a discussão que busca reconhecer e avaliar novas possibilidades para o enfrentamento da crise socioambiental pela construção de uma nova racionalidade — uma racionalidade ambiental — cuja investigação aponta pela via da relação de outridade, procurando responder à possibilidade de ver e pensar o mundo a partir do outro, e não ao contrário: pelo privilégio do sujeito — como prioritariamente tem sido na Modernidade. A partir daí, um diálogo com o saber do yoga, tem por objetivo demonstrar elementos que poderiam levar o ser humano a estabelecer outra relação consigo mesmo e com tudo aquilo que ele percebe como externo a si mesmo (humano ou não humano, mundo, coisas, acontecimentos, natureza). Utilizando-se o saber do yoga como um enquadramento epistemológico, articula-se uma reflexão que envolve meio ambiente, modernidade, urbano e a questão do idoso. A pesquisa de caráter exploratório e abordagem qualitativa, dá-se a partir de um estudo de campo sobre uma atividade de yoga para idosos, no contexto urbano, na cidade de Curitiba. Pelo encontro de subjetividades da pesquisadora e do pesquisado, os resultados e conclusões desta investigação respondem à pergunta central da pesquisa, que visa atestar paralelos entre estes distintos saberes, aproximando o pensamento da outridade à experiência da prática física do yoga.

Palavras-chave: Crise Socioambiental. Racionalidade Ambiental. Relação de Outridade. Yoga. Contexto Urbano.

## ABSTRACT

The global socio-environmental crisis appears as a result of the “Age of Knowledge” – as this stage in civilization in which the human being has been building and transforming the world in an unprecedented modality and magnitude is called. The crisis of a time when human activities have been enhanced – by the power of technique and superiority of thought – has been causing disturbances in the symbiotic balance of the planet and casting doubt on the possibility of the existence of future generations and the very condition of continuity of the human species on earth. The problem of the persistence of such a development model leads to the question: will there be a world for the others? Such a question raises the need of causing tension in the limits of science, creating dialogues between very different fields of knowledge: the knowledge of yoga and the one arising from the interdisciplinary academic debate. In the field of environmental knowledge, the reflection that seeks to recognize and evaluate new possibilities for coping with the socio-environmental crisis, through the construction of a new rationality – a environmental rationality – points to an investigation through otherness, seeking to answer the possibility of seeing and thinking the world from the other, and not the other way around: for the subject’s privilege – as it has been a priority in Modernity. From there, a dialogue is articulated with the knowledge of yoga, in order to demonstrate elements that could lead the human beings to establish another type of relationship with them and with everything they perceive as external to themselves (human or not, the world, things, events, nature). Using the knowledge of yoga as an epistemological framework, a reflection that involves the environment, modernity, urbanity and the issue of the elderly is articulated. The exploratory research has a qualitative approach and it’s based on a field study on a yoga activity for elderly people, in the urban context in the city of Curitiba. By the encounter of subjectivities of the researcher and the researched, the results and the conclusions of this investigation answer the main question of the research, which aims to attest to parallels between these different knowledges, bringing the thinking that deals with the experience of the physical practice of yoga.

Keywords: Socio-environmental Crisis. Environmental Rationality. Other Relationship. Yoga. Urban context.

## ÍNDICE DE ORGANOGRAMAS

Organograma 1 – Introdução.....	22
Organograma 2 – A crise ecológica .....	26
Organograma 3 – O homem da Modernidade no contexto do urbano.....	30
Organograma 4 – O idoso no contexto da Modernidade .....	34
Organograma 5 – Marcos históricos e natureza do campo do conhecimento ambiental.....	42
Organograma 6 – A racionalidade ambiental conforme Leff.....	45
Organograma 7 – A outridade pelo conhecimento ocidental .....	48
Organograma 8 – <i>Yamas</i> .....	57
Organograma 9 – <i>Niyamas</i> .....	59
Organograma 10 – <i>Yamas</i> e <i>niyamas</i> .....	62
Organograma 11 – A dimensão <i>purusha</i> .....	63
Organograma 12 – Yoga na prática: caminho de oito partes .....	64
Organograma 13 – <i>Purusha</i> .....	104
Organograma 14 – Conhecimento científico e saber do yoga.....	108

## SUMÁRIO

### PRÓLOGO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>16</b>
1.1 TEMA E PROBLEMA .....	16
1.2 RECORTE FÍSICO E TEMPORAL .....	17
1.3 PREMISSAS E PERGUNTA DE PESQUISA .....	17
1.4 OBJETIVO GERAL E ESPECÍFICO.....	18
1.5 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	19
1.6 ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO .....	21
<b>2 ARCABOUÇO TEÓRICO.....</b>	<b>23</b>
2.1 DESDOBRAMENTO DO PROBLEMA .....	23
2.1.1 A crise ecológica.....	23
2.1.2 O homem da modernidade no contexto do urbano .....	27
2.1.3 O idoso no contexto da Modernidade .....	31
2.2 CAMINHOS DE ENFRENTAMENTO DA CRISE .....	35
2.2.1 Marcos históricos e natureza do campo do conhecimento ambiental.....	35
2.2.2 A racionalidade ambiental conforme Leff.....	43
2.2.3 A discussão da outridade pelo conhecimento ocidental .....	46
2.2.4 O yoga.....	49
2.2.4.1 Definição .....	49
2.2.4.2 Objetivo do yoga.....	52
2.2.4.3 Caminho.....	53
2.2.4.4 Prática .....	54
2.2.4.5 O caminho de oito partes .....	56
2.2.4.6 Síntese.....	56
<b>3 DAS POLÍTICAS PÚBLICAS ÀS ESTRUTURAS URBANAS.....</b>	<b>65</b>
3.1 DIREITOS DO IDOSO.....	65

3.2 AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS PREVISTAS NO SUS .....	67
3.3 OS CENTROS DE ATIVIDADES DO IDOSO (CATIs) .....	69
3.4 AS RUAS DA CIDADANIA E OS TERMINAIS DE TRANSPORTE .....	71
<b>4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS .....</b>	<b>73</b>
4.1 TIPO DE PESQUISA.....	78
4.1.1 Quanto ao método .....	78
4.1.1.1 Hipotético-dedutivo .....	78
4.1.2 Quanto à natureza .....	79
4.1.2.1 Básica e aplicada .....	79
4.1.3 Quanto ao caráter .....	79
4.1.3.1 Exploratória .....	79
4.1.4 Quanto à estratégia ou técnica.....	79
4.1.4.1 Bibliográfica.....	79
4.1.4.2 Documental .....	80
4.1.4.3 Estudo de campo .....	80
4.1.5 Quanto às técnicas de coleta de informações, dados e evidências.....	82
4.1.5.1 Observação .....	82
4.1.5.2 Entrevista informal e não estruturada .....	82
4.1.6 Quanto à técnica de abordagem .....	84
4.1.6.1 Qualitativa .....	84
4.2 OUTRAS ESTRATÉGIAS DE INVESTIGAÇÃO .....	85
4.3 LIMITAÇÕES DE PESQUISA.....	86
4.3.1 Quanto à pesquisa documental.....	86
4.3.2 Quanto ao prazo e conteúdo teórico .....	87
4.3.3 Quanto à reflexão .....	87
<b>5 RESULTADOS DO ESTUDO DE CAMPO.....</b>	<b>88</b>
5.1 DADOS DE ENTREVISTAS .....	88
5.2 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DA PRÁTICA DE YOGA NOS CATIs .....	90

<b>6 DISCUSSÕES E CONCLUSÕES .....</b>	<b>96</b>
6.1 A OUTRIDADE NA PRÁTICA DE YOGA NOS CATIs.....	96
6.2 DO CONTEXTO URBANO AO IDOSO .....	100
6.3 A OUTRIDADE E O YOGA .....	103
<b>7 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>106</b>
7.1 DIÁLOGO DE SABERES.....	106
7.2 DESDOBRAMENTOS .....	108
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>109</b>

## PRÓLOGO

Se fosse possível iniciar uma narrativa em primeira pessoa – com a intenção de abarcar tudo que seria importante dizer – mesmo que isso trouxesse revelações muito interessantes, muito provavelmente resultaria em uma tentativa frustrada de expor as raízes das motivações que guiaram a presente pesquisa, desde a primeira e mais comum a todo ser humano: o desejo. Mas, procurando assumir com honestidade esta tarefa, faz-se necessário reconhecer, ao menos, duas questões importantes. A primeira diz respeito à observação da pesquisadora sobre sua própria experiência de vida, na relação consigo mesma e com o outro, com o mundo, as coisas, os acontecimentos. A segunda, como desdobramento da primeira, remete a um marco importante na aproximação do pensamento científico: a vontade de entender sobre o processo de como se dá, perpetua-se ou se modifica a forma com que os seres humanos, como indivíduos ou humanidade, constroem o mundo e se relacionam com ele. Desde as primeiras investidas de aproximação com o debate acadêmico, a investigação pretendida sempre teve como questão central a busca por reconhecer a realidade da existência. Tal questão surgiu da experiência pessoal da pesquisadora, dentro de um contexto urbano, ao tentar compreender em qual medida uma rua específica apresentava uma identidade própria ou, teria sua realidade determinada conforme o olhar de cada observador, segundo seus valores, crenças, ideais, experiências de vida, história, hereditariedade, cultura. Tal busca, procurava indicativos de que aquela rua teria vocação para um modelo de desenvolvimento dentro de um caminho de práticas sustentáveis. O quê, daquela rua, seria feito, dependia, inegavelmente, do que as pessoas fariam dela. Em um primeiro momento, este debate estaria próximo do campo da fenomenologia ou da geografia cultural. Mas, uma outra questão, um pouco mais tarde, viria a apresentar-se ainda mais fundamental: aquela rua, que se queria conhecer, é, assim como tudo que se quer conhecer, percebida como externa ao sujeito que conhece.

Um acontecimento recente poderia ilustrar a “alma” desta escolha. O contato com uma moradora de rua, suscitou a vontade de produzir, a partir de sua história, uma futura pesquisa científica cujo tema estaria ligado à sustentabilidade em um contexto urbano. Mas, reconhecendo de imediato o fato de que, antes de qualquer coisa que se quisesse fazer daquela história de vida, antes de qualquer conhecimento que dali se pudesse “extrair”, ali estava refletida a questão primordial desta pesquisa: o outro. Contar uma história, partindo da percepção do narrador como centro de referência, seria reproduzir a forma como sempre tem sido: colocando o outro como objeto de conhecimento.

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 TEMA E PROBLEMA

O conhecimento do outro, seja ele um membro da mesma espécie ou não, humano ou não humano, dá-se a partir do ser individualizado, isto é, do sujeito que conhece. Contudo, na tentativa de conhecer o outro, o ser individualizado, dotado de consciência de si – posto que não possui dúvidas quanto à sua própria existência – não pode estar “dentro” do outro. A cultura moderna, pautada no cultivo da subjetividade, do Eu, do ego, levou a humanidade a algumas experiências catastróficas que fizeram com que a filosofia passasse a rever esta posição do privilégio do sujeito, questionando, afinal, o processo como se constitui o significado do outro, a partir do ser individualizado. Em curso de reflexão, a ética da alteridade ou filosofia da alteridade busca respostas a um dos aspectos que mais tocam nossa contemporaneidade: a possibilidade da existência do outro, em um tempo futuro, em um mundo explorado da forma como tem sido. A discussão da alteridade busca inverter posições, buscando uma ética em que o princípio da moralidade seja o outro e não o sujeito que conhece. Dentro do campo do conhecimento ambiental, encontra-se o conceito de outridade, ou ética da outridade ou, relação de outridade que, tendo como principal referência o filósofo Emmanuel Levinas, busca enfrentar o problema que evidencia a situação de ameaça à existência do outro. De acordo com Leff (2006), a investigação pela via da outridade consiste da principal indicação na busca de uma nova racionalidade – uma racionalidade ambiental – na construção de “um porvir sustentável”, dentro de novos caminhos de desenvolvimento.

Procurando alternativas de contribuição ao debate e com base em estudos externos à academia – especificamente, nos Vedas<sup>1</sup>, no qual está incluído o yoga – percebeu-se uma possibilidade de traçar relações entre esta tradição oriental e o pensamento ocidental da outridade.

O saber do yoga fala da possibilidade de alcance de outra dimensão do Ser, a partir da qual é possível estabelecer outra relação consigo mesmo e com o outro (que é o ambiente, o outro ser humano, tudo aquilo que é percebido como externo ao sujeito). Para tanto, o yoga oferece um caminho que consiste de uma espécie de sutilização da mente e que se inicia na prática física, com o corpo e a respiração.

---

<sup>1</sup> Corpo de conhecimento mais antigo de que se tem notícia, datado de aproximadamente 5.000 a.C. (BHAGAVAD GITA, 2010).



Na busca do reconhecimento de outras formas de produção de conhecimento, esta presente pesquisa aposta no diálogo de campos de conhecimento muito distintos: o yoga e o debate acadêmico.

A partir de um referencial teórico calcado no pensamento do campo ambiental, colocam-se as reflexões do yoga e do debate acadêmico sobre um mesmo patamar, em um diálogo simétrico, triangulado com um conhecimento empírico de um estudo de campo junto a um grupo de idosos, no contexto urbano da cidade de Curitiba.

Esse “outro” – o idoso – é observado, então, como um meio pelo qual se articula uma investigação que traz do saber do yoga a reflexão que versa sobre a possibilidade de mudança no paradigma do conhecimento, que é intrínseco ao processo como o homem entende e conhece a si mesmo e, a partir daí, conhece tudo aquilo que está “fora” dele.

## 1.2 RECORTE FÍSICO E TEMPORAL

A partir de um olhar sensível, a pesquisa apoia-se em um estudo de campo de um projeto social, implementado através dos Centros de Atividades do Idoso (CATIs), em alguns espaços da capital paranaense (Curitiba), em que aulas de yoga são oferecidas gratuitamente à população da terceira idade, através de um programa do governo em que o yoga é incluído nas “práticas integrativas” aprovadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS). A observação e coleta de depoimentos ocorreu em um breve período de tempo: três dias de pesquisa de campo, distribuídos dentro do prazo de uma semana, em quatro dos cinco espaços onde acontece a atividade de yoga. Com uma visita a cada um dos espaços, foi possível a interação com alguns funcionários dos órgãos públicos envolvidos, com a professora de yoga e com duas turmas de aproximadamente quinze idosos cada uma.

## 1.3 PREMISSAS E PERGUNTA DE PESQUISA

Dentro deste recorte de pesquisa, considera-se, como **premissa principal**:

**– Que a prática do yoga nos CATIs elucida paralelos entre o saber do yoga e o conhecimento científico do campo ambiental relativo à outridade, naquilo que diz respeito à possibilidade de alcance de outra relação consigo mesmo e com o “outro” (tudo aquilo que está “fora”, humano ou não humano).**

Como **premissa secundária**, relacionada aos efeitos de uma prática de yoga numa dimensão mais direta, dentro do âmbito corporal, presume-se:

– Que a prática de yoga se materializa como contribuições no bem-estar e na qualidade de vida e de saúde dessa população. Embora não se pretenda apresentar desdobramentos em termos métricos (quantitativos), acredita-se que possam ser atestados resultados benéficos da prática de yoga. Pela análise do discurso na pesquisa de campo, presume-se, por exemplo, que haja uma diminuição no uso de medicamentos, o que representaria – como dado objetivo e mensurável – uma consequente diminuição dos impactos ambientais negativos relacionados, bem como a redução nos gastos públicos dispensados ao atendimento à saúde dessa população.

Com base no conhecimento mobilizado na discussão teórica e no estudo de campo, a pesquisa procura responder à pergunta:

– **Quais são os elementos encontrados, na prática de yoga para idosos, que poderiam atestar paralelos com a discussão da relação de outridade?**

#### 1.4 OBJETIVO GERAL E ESPECÍFICO

Ao considerar os riscos que se apresentam em virtude da crise socioambiental e assumindo os riscos de uma reflexão extrema<sup>2</sup>, esta pesquisa tem como **objetivo geral**:

– **Promover um diálogo entre o saber apresentado pelo yoga e o debate acadêmico-científico, do campo ambiental, especificamente, naquilo que concerne à outridade.**

Como **objetivo específico principal**, que consiste do resultado final desta pesquisa de mestrado, a ser apresentado nos capítulos das análises, considerações finais e conclusões, pretende-se:

– **identificar, na situação pesquisada, paralelos com a questão da outridade, pelo apontamento, análise e interpretação de elementos resultantes da prática do yoga (no âmbito do indivíduo), que exemplifiquem alguns conceitos do saber do yoga que, por sua vez, representem indicativos de que, pela prática física dos *āsanas* (posturas corporais) e *pranayamas* (exercícios respiratórios), é possível vivenciar o yoga, como um caminho que**

---

<sup>2</sup> Citando Jonas (2006, p. 22): “A aventura da tecnologia impõe, com seus riscos extremos, o risco da reflexão extrema”.

**leva o sujeito a estabelecer outro tipo de relação consigo mesmo e com o outro, diferente daquela constituída pelo privilégio do Eu.**

Faz-se necessário apontar que não é o objetivo desta pesquisa trazer as questões relacionadas à economia (da propriedade privada dos meios de produção, da exploração da força de trabalho, dos sistemas de opressão que resultam nas desigualdades e injustiças, da superexploração dos recursos naturais), embora se reconheça que os processos materiais agem sobre os indivíduos, na forma como estes se constituem como sujeitos. Considera-se, entretanto, que este tema pode ser abordado futuramente, dentro de outra realidade de pesquisa, em que se possa aprofundar a reflexão sem as limitações de prazo e alcance de uma dissertação de mestrado.

## 1.5 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Caracterizada pelo método hipotético-dedutivo, esta pesquisa, tem a observação como atividade precedida de um problema, objetivando responder a algo que foi anteriormente vislumbrado: os paralelos entre o saber do yoga e a discussão da outridade.

Adotando o yoga como base epistemológica, a pesquisa coloca o yoga não como um objeto de estudo mas, como ponto de inflexão e de tensionamento dos limites do conhecimento científico.

Por motivos de limitações de pesquisa, a outridade não é abordada diretamente com base nos textos de Levinas, mas sim, pelos apontamentos de Leff (2006) e Silva (2012), acadêmicos, respectivamente, das áreas da epistemologia ambiental e da filosofia.

Procurando trazer o ensinamento do yoga para dentro da linguagem acadêmica científica, o yoga é apresentado como resultado de estudos pessoais da pesquisadora, fora da academia, no yoga, Vedanta<sup>3</sup> e Ayurveda<sup>4</sup>, iniciados em 2007, tendo obtido certificação em Kundalini Yoga (pelo Kundalini Research Institute<sup>5</sup> – KRI, em 2008, e participado de

---

<sup>3</sup> Como parte que compõe os Vedas, o Vedanta é uma tradição de conhecimento. “Conhecimento de quê? Aceita-se explicações tais como: “de um caminho para a verdade”, “conhecimento do ser”, ou “conhecimento da Verdade”, porém, o mais acertado será obter da própria tradição o significado do Vedanta. “*Jiva Brahma Aikyam*” é a essência do ensinamento, o que significa a identidade entre o indivíduo, aquele que busca, e o todo, que é Ilimitado. O ensinamento de Vedanta é um desdobramento claro e profundo dessa verdade essencial e única (ARIEIRA, 2019).

<sup>4</sup> “Ayurveda é a extraordinária medicina da mente e do corpo na Índia” (FRAWLEY, 1996).

<sup>5</sup> Instituição com sede em Los Angeles que regulamenta a formação de instrutores de Kundalini Yoga com base nos ensinamentos do mestre indiano Yogi Bhajan (1929-2004) (a autora, 2020).

encontros sistemáticos de estudos e leituras dos textos da Bhagavad Gita<sup>6</sup> (2010), com tradução direto do sânscrito e comentários da professora de yoga e Vedanta Gloria Arieira<sup>7</sup>. O aprofundamento com a intenção de buscar uma contribuição ao desenvolvimento da dissertação deu-se ao longo de 2018 e 2019, através de cursos presenciais, conforme a tradição Krishnamacharya<sup>8</sup>, junto ao professor Jorge Knak<sup>9</sup> (curso de seis módulos, intitulado “Psicologia do yoga”), e módulos isolados com a professora Nazaré Cavalcanti<sup>10</sup>.

Considera-se que esta pesquisa é de natureza tanto básica quanto aplicada, posto que trata de interesses universais ao mesmo tempo em que investiga uma situação real.

De caráter exploratório tem como estratégias principais a pesquisa de abordagem qualitativa, de estratégias bibliográfica – reconhecendo seus distintos estatutos epistêmicos – documental e de estudo de campo, utilizando-se de uma inspiração etnográfica para a observação.

As análises se dão, a partir de elementos coletados por meio da observação, de anotações, de gravações de áudio das entrevistas e depoimentos e de um registro fotográfico do resultado da atividade de encerramento de final de ano, proposta pela professora de yoga.

Outros procedimentos metodológicos estão melhor apresentados no capítulo 4, bem como os esclarecimentos quanto às limitações da pesquisa.

---

<sup>6</sup> A Bhagavad Gita é um dos principais textos que oferecem a compreensão do yoga. Faz parte do épico indiano Mahabhārata, que está contido nos Vedas, e que tem sido ensinada através de uma tradição oral ininterrupta de mestre para discípulo há mais de 5.000 anos, fala do conhecimento da verdade última do Eu, ou seja, a natureza essencial do ser humano. A Gita (como comumente é chamada no ocidente) foi apontada por Aldous Huxley como a expressão mais sistemática daquilo que chamou de Filosofia Perene, que, por sua vez seria aquele saber que pode ser encontrado, às vezes, de forma parcial, às vezes, completa, em diferentes formas, em diferentes culturas. Assim, em Vedanta, nas profecias hebraicas, no Tao, nos diálogos de Platão, no evangelho de São João, na teologia budista Mahayana, nos sufis persas, nos místicos cristãos da Idade Média e Renascença, a Filosofia Perene teria falado quase todas as línguas da Ásia e da Europa. A Bhagavad Gita fala em detalhes sobre um estilo de vida que prepara a pessoa para o entendimento claro e a vivência desse conhecimento. Esse estilo de vida é chamado yoga (BHAGAVAD GITA, 2010).

<sup>7</sup> Gloria Arieira estudou Vedanta, sânscrito, cânticos védicos e meditação na Índia, de 1974 a 1978, com Swami Dayananda Saraswati, no *ashram* Sandipani Sadhanalaya em Mumbai e em mais dois *ashrams*, em Rishikesh e em Uttarkashi. Há 30 anos ensina Vedanta e sânscrito no Rio de Janeiro, no Centro de Estudos Vidya Mandir, e em outras cidades do Brasil. Traduziu vários textos de Vedanta diretamente do sânscrito (BHAGAVAD GITA, 2010).

<sup>8</sup> Linhagem de yoga de Shri T. Krishnamacharya (1888-1989), que foi um dos mais influentes mestres de Yoga dos tempos modernos (DESIKACHAR, 2018).

<sup>9</sup> Jorge Luís Knak dedica-se ao yoga na tradição de Krishnamacharya. Estudou na Índia com os professores T.K.V. Desikachar, Kausthub Desikachar, S. Sridharan, Dr. Chandrasekaram e outros. Desde 2013, estuda com o prof. Paul Harvey (Inglaterra), aluno direto de Desikachar desde 1976 e criador do *Centre for Yoga Studies* em Bristol. Recebeu, em 2006, na Índia, certificação direta do prof. T.K.V. Desikachar (1938-2016) para oferecer treinamento a professores. Atualmente, segue sua especialização na mesma linhagem sob orientação regular do prof. Paul Harvey. (PSICOLOGIA DO YOGA, 2018).

<sup>10</sup> Maria Nazaré Cavalcanti iniciou seus estudos em 2001, no Krishnamacharya Yoga Mandiram (Chennai-Índia), com T.K.V. Desikachar, Kausthub Desikachar, S. Sridharan, Dr. N. Chandrasekharam e outros professores dessa linhagem. Concluiu seus estudos na Índia em 2006, habilitando-se a formar professores de yoga nesta tradição. Atualmente, junto com Jorge Luís Knak, realiza o curso de formação de professores na tradição de Krishnamacharya (GANDIVA YOGA ASHRAM. 2018).

## 1.6 ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO

No capítulo 2, o arcabouço teórico inicia com a construção de um desdobramento da problemática, por uma revisão bibliográfica que inclui reflexões articuladas no âmbito filosófico, partindo das evidências da crise socioambiental – desde suas “raízes no pensamento” (LEFF, 2003) – aprofundando na questão subjetiva da crise da interioridade do homem – no contexto da Modernidade e do meio ambiente urbano – finalizando com o recorte na questão do idoso.

Como enfrentamento do problema, aticula-se um conteúdo oriundo do debate acadêmico, pela abordagem dos principais marcos teóricos do campo do conhecimento ambiental, desde a interdisciplinaridade e o pensamento complexo, até a racionalidade ambiental proposta por Leff (2006), culminando nos apontamentos relativos à investigação pela via da outridade.

O saber do yoga, como definição, objetivo, caminho e prática, é então, apresentado, buscando elucidar um conteúdo que, mais adiante, fornecerá subsídios à investigação que busca apontar os paralelos entre os distintos campos de conhecimento – ocidental e oriental.

No capítulo 3 são apresentados os resultados relativos à pesquisa documental referente às Políticas Públicas direcionadas aos idosos; às Práticas Integrativas previstas no SUS; os CATIs, as Ruas da Cidadania e o sistema de transporte coletivo da cidade de Curitiba.

Os conteúdos teóricos são seguidos de organogramas que representam tanto uma síntese das reflexões quanto uma interpretação da pesquisadora quanto às inter-relações dos conceitos abordados.

O capítulo 4 consiste do detalhamento dos procedimentos metodológicos.

O capítulo 5 constitui-se dos resultados, análises e interpretações do estudo de campo.

Procedem-se, nos capítulos 6 e 7, às discussões, conclusões, considerações finais e indicações de possíveis desdobramentos da pesquisa.

Dada esta introdução, a mesma é revista por meio de um organograma que sintetiza tema, problema, premissas, recorte, pergunta de pesquisa, objetivo geral e objetivo específico principal, que é referente ao recorte da pesquisa.

## INTRODUÇÃO

### TEMA E PROBLEMA

- O CONHECIMENTO A PARTIR DO SER INDIVIDUALIZADO;
- O PRIVILÉGIO DO SUJEITO;
- **A CRISE SOCIOAMBIENTAL COLOCA EM RISCO A EXISTÊNCIA DO OUTRO;**
- O ENFRENTAMENTO DO PROBLEMA PELA INVESTIGAÇÃO QUE PROCURA INVERTER POSIÇÕES, COLOCANDO O OUTRO COMO AQUELE QUE "ME CONSTITUI" COMO SUJEITO;
- A INVESTIGAÇÃO PELA VIA DA OUTRIDADE NA CONSTRUÇÃO DE UMA RACIONALIDADE AMBIENTAL;
- O SABER DO YOGA EM DIÁLOGO COM A OUTRIDADE.

### RECORTE

A ATIVIDADE DE YOGA PARA IDOSOS

### PREMISSA PRINCIPAL

A PRÁTICA DO YOGA NOS CATIs ELUCIDA PARALELOS ENTRE O SABER DO YOGA E O CONHECIMENTO CIENTÍFICO DO CAMPO AMBIENTAL RELATIVO À OUTRIDADE, NAQUILO QUE DIZ RESPEITO À POSSIBILIDADE DE ALCANCE DE OUTRA RELAÇÃO CONSIGO MESMO E COM O "OUTRO" (TUDO AQUILO QUE ESTÁ "FORA", HUMANO OU NÃO HUMANO)

### PERGUNTA DE PESQUISA

QUAIS SÃO OS ELEMENTOS ENCONTRADOS, NA PRÁTICA DE YOGA PARA IDOSOS, QUE PODERIAM ATESTAR PARALELOS COM A DISCUSSÃO DA RELAÇÃO DE OUTRIDADE?

### OBJETIVO GERAL:

PROMOVER UM DIÁLOGO ENTRE O SABER APRESENTADO PELO YOGA E O DEBATE ACADÊMICO-CIENTÍFICO DO CAMPO AMBIENTAL, ESPECIFICAMENTE, NAQUILO QUE CONCERNE À OUTRIDADE.

### OBJETIVO ESPECÍFICO:

IDENTIFICAR, NA SITUAÇÃO PESQUISADA, PARALELOS COM A QUESTÃO DA OUTRIDADE, PELO APONTAMENTO, ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE ELEMENTOS RESULTANTES DA PRÁTICA DO YOGA (NO ÂMBITO DO INDIVÍDUO), QUE EXEMPLIFIQUEM ALGUNS CONCEITOS DO SABER DO YOGA QUE, POR SUA VEZ, REPRESENTEM INDICATIVOS DE QUE, PELA PRÁTICA FÍSICA DOS *āsanas* (POSTURAS CORPORAIS) E *pranayamas* (EXERCÍCIOS RESPIRATÓRIOS), É POSSÍVEL VIVENCIAR O YOGA, COMO UM CAMINHO QUE LEVA O SUJEITO A ESTABELECEER OUTRO TIPO DE RELAÇÃO CONSIGO MESMO E COM O OUTRO, DIFERENTE DAQUELA CONSTITUÍDA PELO PRIVILÉGIO DO EU.

### PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

MÉTODO HIPOTÉTICO-DEDUTIVO / NATUREZA BÁSICA E APLICADA / CARÁTER EXPLORATÓRIO / ABORDAGEM QUALITATIVA / ESTRATÉGIA BIBLIOGRÁFICA E DOCUMENTAL E ESTUDO DE CAMPO / OBSERVAÇÃO DE INSPIRAÇÃO ETNOGRÁFICA

Organograma 1 – Introdução

Fonte: A autora (2020).

## 2 ARCABOUÇO TEÓRICO

### 2.1 DESDOBRAMENTO DO PROBLEMA

Neste capítulo a crise socioambiental é observada como resultado das atividades humanas, em que, principalmente, no âmbito das cidades e dentro de um contexto urbano, produziu-se um predomínio de relações de impessoalidade (SILVA, 2018), fazendo com que a responsabilidade pelo outro (humano ou não humano), isente os indivíduos de uma ética de responsabilidade (JONAS, 2006). Em especial, em relação à pessoa idosa, articulam-se paralelos entre os principais conceitos apontados como raízes da crise socioambiental e àqueles que dizem respeito ao valor dado por uma sociedade moderna a uma história de vida e experiência de finitude (LE BRETON, 2016).

#### 2.1.1 A crise ecológica

O risco ecológico questiona o conhecimento do mundo (LEFF, 2003, p. 15).

As atividades humanas, segundo Da Luz e Marçal (2016, p. 143), na Era do Antropoceno<sup>11</sup>, tornaram-se “tão generalizadas e profundas que podem igualar-se às grandes forças da natureza”<sup>12</sup>. Nesta etapa da civilização, conforme Kuhnen (2019, p. 42), foi “potencializada a capacidade humana de influenciar as demais formas de vida e os processos ambientais”, conduzindo o planeta a “uma perturbação do equilíbrio simbiótico” (JONAS, 2006, p. 230), capaz de “colocar em dúvida a própria condição de permanência da vida humana na Terra” (VIEIRA, 2019, p. 17). Este cenário de grave crise socioambiental foi produzido pelo “modelo de desenvolvimento economicista”, em que fatores econômicos, políticos e sociais agravam situações de desigualdades, injustiças e desequilíbrios dos ecossistemas<sup>13</sup> (VIEIRA, 2019, p. 17). As mudanças catastróficas<sup>14</sup>, segundo Leff (2003, p.

---

<sup>11</sup> O termo é um neologismo criado a partir de uma combinação da palavra “anthropos” (homem) e do sufixo “ceno” (o mais novo). É utilizado para descrever a época geológica do presente, em que se pode observar que o Homem é o principal agente geológico-geomorfológico.” (DA LUZ; MARÇAL, 2016).

<sup>12</sup> Esta marca humana sobre a natureza é uma característica da sociedade industrial, pois: “[...] os seres humanos pré-industriais não tinham a capacidade tecnológica ou organizacional para igualar ou dominar as grandes forças da natureza.” (DA LUZ; MARÇAL, 2016).

<sup>13</sup> “Complexo dinâmico de comunidades vegetais, animais e de micro-organismos e o meio inorgânico, com o qual interagem como unidade funcional; total de componentes de um ambiente imediato ou hábitat reconhecível, incluindo partes inorgânica e morta do sistema e os vários organismos que nele vivem como uma unidade social” (RAMBALDI; OLIVEIRA, 2003).

19), pela primeira vez na história, “não são resultado de fenômenos naturais, mas sim da ação do homem”.

Esta crise se apresenta como um resultado do “desconhecimento da lei da entropia”<sup>15</sup> (LEFF, 2003, p. 15), caracterizando-se como “um limite no real que re-significa e re-orienta o curso da história”<sup>16</sup>, anunciando o “limite do projeto imaginário economicista da mania de crescimento, de uma produção sem limites” (LEFF, 2003, p. 20).

Conforme Jonas (2006, p. 230), nesse “processo de construção do mundo em que a natureza foi considerada mero reservatório de recursos”, a crise ecológica sem precedentes coloca o homem diante do “maior desafio para ele já posto, pela sua própria ação”. A crise ecológica atual – que foi produzida por uma forma de vida, o homem – é resultado de uma modificação na própria “natureza do agir humano”<sup>17</sup> (JONAS, 2006, p. 30), de tal forma que a “nova ética”<sup>18</sup> já não mais se limita ao comportamento de “sujeitos isolados”, mas se refere a “ações” (JONAS, 2006, p. 30). É causada pela “superioridade do pensamento e pelo poder da civilização técnica que este traz consigo” (JONAS, 2006, p. 230).

Nesta época, evidenciam-se, segundo Kuhnen (2019, p. 42), os sintomas dessa “postura de superioridade” adotada pelo homem ocidental em sua “cosmovisão predominante”<sup>19</sup> desde a Modernidade.

Desse lugar de destaque em que o homem se coloca – um púlpito a partir do qual olha para a natureza – os povos do Ocidente afirmam-se através de uma correlação amplamente aceita de que certas habilidades únicas alcançadas por meio dos processos evolutivos assegurariam tal recompensa a uma superioridade natural ou divinamente firmada. Isto constrói uma relação de dominação que coloca as demais formas de vida numa posição menos relevante, quando não totalmente desprovida de valor, podendo ser reduzidas a mero objeto de exploração (KUHNEN, 2019, p. 42).

---

<sup>14</sup> “Mudanças catastróficas na natureza ocorreram nas diversas fases de evolução geológica e ecológica do planeta” (LEFF, 2003, p.19).

<sup>15</sup> Segunda Lei da Termodinâmica, é a única lei física que reconhece que o próprio universo material está sujeito a uma mudança qualitativa irreversível: todas as formas de energia são gradativamente transformadas em calor. Esse calor torna-se difuso, impossibilitando, portanto, sua reutilização. Todo processo econômico é irreversível, pois consiste em transformar matéria e energia de valor, em resíduos. (GEORGESCU-ROEGEN, 1971, p. 82-83).

<sup>16</sup> “Limite do crescimento econômico e populacional; limite dos desequilíbrios ecológicos e das capacidades de sustentação da vida; limite da pobreza e da desigualdade social”.

<sup>17</sup> A técnica moderna, segundo Jonas (2006, p. 230), modificou a “natureza do agir humano.

<sup>18</sup> Conforme Jonas (2006, p. 21): “tudo aí é novo, sem comparação com o que precedeu”, tanto no aspecto da modalidade quanto no da magnitude; “nada se equivale no passado ao que o homem é capaz de fazer no presente e se verá impulsionado a seguir fazendo, no exercício irresistível desse seu poder”.

<sup>19</sup> Leff (2003, p. 20-21) define essa “cosmovisão” como um *lógos* que orienta o mundo, a ideia monoteísta de um Deus único e invisível foi transferida para o campo do conhecimento, abrindo para um “projeto de unificação através da ideia absoluta, de uma razão orientadora e dominadora”: no projeto científico da modernidade forjou-se a ciência econômica em um ideal mecanicista, nas leis do mercado que têm determinado a economização do mundo e o predomínio da razão instrumental sobre as leis da natureza e os sentidos da cultura.



Nesta “experiência da civilização da Modernidade”<sup>20</sup>, de acordo com Leff (2000, p. 312) – conhecida como “era do conhecimento” – em que a ciência e a tecnologia caracterizam-se como “a maior força produtiva e destrutiva da humanidade”<sup>21</sup> – o homem interveio no meio ambiente, convertendo a natureza em valor de troca, “tecnologizando a vida e coisificando o mundo”<sup>22</sup>, conforme suas concepções metafísicas, filosóficas, éticas, científicas e tecnológicas” (LEFF, 2003, p. 19), produzindo, pela primeira vez na história, uma crise causada pelo “desconhecimento do conhecimento” (LEFF, 2003, p. 40). Para o autor, a crise ambiental não é uma crise ecológica, mas uma “crise da razão”, pois os problemas ambientais são, fundamentalmente, “problemas do conhecimento” (LEFF, 2003, p. 55).

Esta “civilização do conhecimento” é, ao mesmo tempo, a “sociedade do desconhecimento, da alienação generalizada, da deserotização do saber e o desencantamento do mundo” (LEFF, 2011, p. 312). Nessa civilização “supercientificada” e “hipertecnologizada”, à medida que aumentam os “efeitos do domínio da ciência sobre a natureza”, aumentam a “incerteza, o risco e o descontrole”, tanto para aqueles que são dominados quanto para os que dominam, produzindo a alienação de seus mundos de vida (LEFF, 2011, p. 312). Nunca antes na história, conforme o autor, houve tantos seres humanos que desconhecessem tanto e estivessem tão excluídos dos processos e das decisões que determinam suas condições de existência. Nunca houve “tantos homens e mulheres desempregados, desenraizados de seus territórios, desapropriados de suas culturas e de suas identidades” (LEFF, 2011, p. 312).

Segue-se o organograma de síntese, indicando os principais conceitos, agrupados conforme a opção adotada pela pesquisadora na construção desta reflexão.

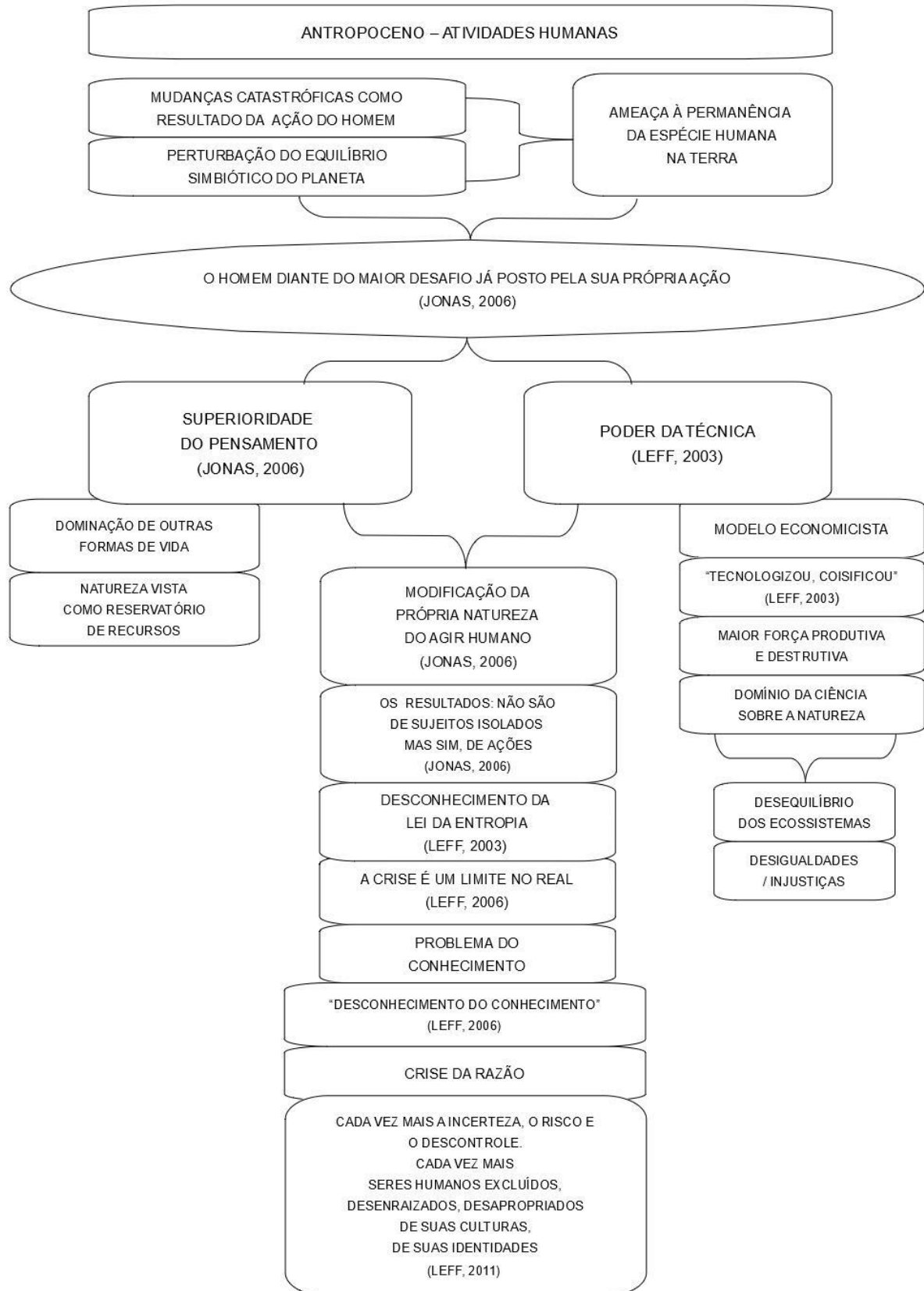
---

<sup>20</sup> Experiência da Revolução Científica e do processo de globalização impulsionado pela revolução cibernética e informática (LEFF, 2000, p. 312).

<sup>21</sup> Jonas (2006, p. 43) traz um entendimento de ciência e da tecnologia: “a *téchne*, como esforço humano” apresenta uma diferença em relação à técnica dos tempos anteriores, pois se transformou em um infinito impulso da espécie para adiante, ultrapassando os “objetivos pragmaticamente delimitados dos tempos antigos” – quando a técnica era apenas um “tributo cobrado pela necessidade, e não um caminho para um fim escolhido pela humanidade”.

<sup>22</sup> Segundo Leff (2003, p. 15-16), a crise do pensamento ocidental “produziu a modernidade como uma ordem coisificada e fragmentada, como formas de domínio e controle sobre o mundo”.

## A CRISE ECOLÓGICA



Organograma 2 – A crise ecológica  
Fonte: A autora (2020).

### 2.1.2 O homem da modernidade no contexto do urbano

Ao pensar “o homem como criador de sua vida como vida humana”, Jonas (2006, p. 31) propõe que “a violação da natureza e a civilização do homem caminham de mãos dadas”. As obras humanas – “o artefato total” – agiram “sobre o mundo e por meio dele”, transformando-se e criando “um novo tipo de natureza”, em que a diferença entre o artificial e o natural desapareceu: “o natural foi tragado pela esfera do artificial” (JONAS, 2006, p. 44).

O homem da modernidade, de acordo com Jonas (2006, p. 31), dotado da “faculdade autoadquirida do discurso, da reflexão e da sensibilidade social, constrói sua maior obra: o artefato da cidade”, concebida para ser “uma casa para sua própria existência humana”. Destinada a “cercar-se e não a expandir-se”, a obra humana da cidade, “outrora um enclave no mundo não humano, espalha-se sobre a totalidade da natureza terrestre e usurpa o seu lugar”. Conforme com Jonas (2006, p. 44), a cidade da modernidade, com sua “necessidade dinâmica própria”, é onde a “liberdade humana defronta-se em um sentido inteiramente novo”

É neste ambiente da cidade moderna que Berman (1986) descreve o homem da modernidade:

Ser moderno é encontrar-se em um ambiente que promete aventura, poder, alegria, crescimento, autotransformação e transformação das coisas em redor, mas ao mesmo tempo, ameaça destruir tudo o que temos, tudo o que sabemos, tudo o que somos (BERMAN, 1986, p. 9).

Essa experiência, compartilhada por homens e mulheres – e um sempre crescente número de pessoas em todo o mundo – há cerca de quinhentos anos, é “uma experiência vital, de tempo e espaço, de si mesmo e dos outros, das possibilidades e perigos da vida” (BERMAN, 1986, p. 9).

O homem da modernidade “imerso num turbilhão de permanente desintegração e mudança, de luta e contradição, de ambiguidade e angústia” (BERMAN, 1986, p. 9), encontra-se no “espaço” da modernidade, de acordo com o autor, numa “unidade paradoxal, uma unidade de desunidade”. A união entre os seres humanos que poderia dar-se na modernidade – já que ela “anula todas as fronteiras geográficas e raciais, de classe a nacionalidade, de religião e ideologia” – fica impedida de acontecer, pois a vocação do “espaço da modernidade” como potencial de união, vem acompanhada de seu duplo: a desintegração (BERMAN, 1986, p. 9).

Como um “genuíno cenário de uma cultura que extravasa de toda vida pessoal”, a metrópole<sup>23</sup>, conforme Simmel (1967, p. 26), assume “uma situação relativa inteiramente nova na história mundial do espírito”: essa relação de predominância de um “espírito objetivo” sobre o “espírito subjetivo” no processo de desenvolvimento da cultura moderna indica “um retrocesso na cultura do indivíduo” – com relação à “espiritualidade, delicadeza e idealismo” (SIMMEL, 1967, p. 26).

O indivíduo se tornou um mero elo em uma enorme organização de coisas e poderes que arrancam de suas mãos todo o progresso, espiritualidade e valores, para transformá-los de sua forma subjetiva na forma de uma vida puramente objetiva (SIMMEL, 1967, p. 26).

De acordo com Silva (2011, p. 65), o homem reflete as mudanças que ocorreram no período da Modernidade com uma marca característica de sua personalidade: o individualismo. O homem assim constituído – tanto individualmente como socialmente – levou o sociólogo Max Weber a chamar de “espírito do capitalismo” àquilo que é relacionado a “um sistema de produção que extrapola a economia de uma sociedade baseada no capital e no lucro”<sup>24</sup> e está “impregnado no modo de ser e viver dos indivíduos e das sociedades” (SILVA, 2011, p. 65,66).

O capitalismo não é um sistema econômico apenas, ele é um modo de viver, então, não somos capitalistas porque praticamos o capitalismo, somos capitalistas porque está dentro de nós, a nossa alma tornou-se assim. Somos o quê? Existências históricas, e a nossa história é a história do capitalismo, então é natural que ela nos defina, não apenas do ponto de vista procedimental, mas também e talvez, sobretudo, do ponto de vista daquilo que talvez antigamente se chamava de interioridade (SILVA, 2018, não p.).

O homem dentro do ambiente moderno depara-se com a “exigência da objetividade e da eficiência” (SILVA, 2011, p. 139), que tomam um lugar de protagonismo nas relações com o mundo – com o outro, com a natureza. A maneira como se configura a sociedade de produção capitalista “não reclama indivíduos eticamente constituídos para que o sistema

---

<sup>23</sup> Simmel refere-se à metrópole como a cidade moderna, uma “forma moderna” na qual o homem trava sua luta pela sobrevivência, caracterizada pela intensificação dos estímulos nervosos, em contraste com a vida na cidade pequena ou no meio rural. (SIMMEL, 1967, p. 14).

<sup>24</sup> O capitalismo que se firmava desde o século XVI, “nascente e justificado pela concepção protestante do indivíduo que se relaciona com Deus sem a medição da instituição eclesiástica e que deve fazer da sua vida terrena pelo qual é responsável, por via do seu esforço e do seu trabalho” (SILVA, 2011, p. 65).

prossiga na sua marcha”, mas vê o homem como uma “unidade de produção” (SILVA, 2011, p. 139).

O homem da modernidade constitui-se dentro de “uma civilização cujo valor é medido pelo fato, pela facticidade” (SILVA, 2011, p. 129), numa sociedade pautada pela tecnologia e pela ciência – em que o valor é medido pelo modo como se pode dominar as coisas. Dentro desse mecanismo, o homem da civilização moderna passa a ver no outro somente “o fato da sua existência” (SILVA, 2011, p. 129). As relações ocorrem dentro de um “desequilíbrio ocasionado pelo poder”, pois o outro, quando assimilado ao “meu modo de vida”, aparece sem um requisito essencial de humanização, que é a liberdade (SILVA, 2012, p. 23).

Como resultado da Modernidade, vive-se, hoje, uma espécie de “crise de dissolução de valores” (SILVA, 2011, p. 139), em que “exigências éticas passam a ser consideradas utopias, enquanto as questões da responsabilidade, da solidariedade, de um dispositivo político de exigência civil da fraternidade, ficam impedidos de acontecer”<sup>25</sup> (SILVA, 2011, p. 139). Essa maneira pela qual se vê o mundo e se cria representações isenta os indivíduos de uma relação mais íntima com o outro e com a própria natureza, negando a possibilidade de coexistência das formas de vida em respeito à diversidade, o que faz com que “aquele que é diferente” não seja assimilado afetivamente (SILVA, 2011, p. 139, 141). Contudo, o homem não vive só, mas em sociedade, e isto faz com que a responsabilidade pelo outro seja uma tarefa ética associada à existência intersubjetiva (SILVA, 2012, p. 33).

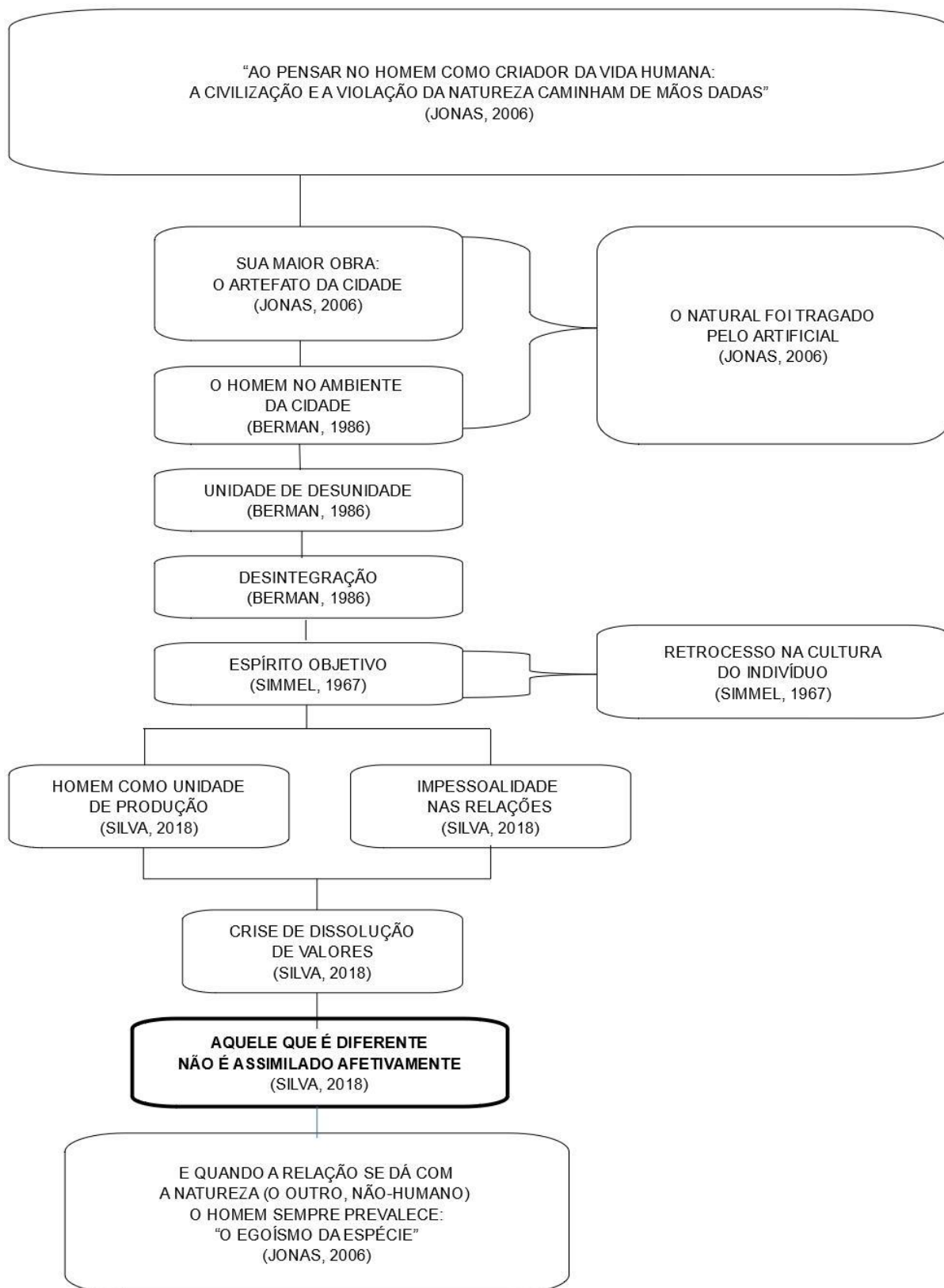
Quando se trata da relação do homem moderno com o não humano, isto é, com a natureza, segundo Jonas (2006, p. 229), o homem sempre “vem em primeiro lugar”, quando a luta pela existência frequentemente lhe impõe uma escolha: “mesmo que se reconheça à natureza a sua dignidade, ela deve se curvar à nossa dignidade superior” (JONAS, 2006, p. 229). O “egoísmo da espécie” e “seu resultado simbiótico global, tornou o homem perigoso não só para si, mas para toda a biosfera, já que “o futuro da humanidade inclui, obviamente, o futuro da natureza como sua condição *sine qua non*”. (JONAS, 2006, p. 229).

Segue-se o organograma de síntese dos conceitos abordados, organizados conforme a construção de reflexão adotada pela pesquisadora.

---

<sup>25</sup> Citada por Silva (2018), na Parábola do Bom Samaritano, tende-se a considerar normal e compreensível o comportamento do sacerdote, do levita – daqueles que primeiro passaram, “deixando o sujeito ali caído”. E “tem-se uma terrível suspeita” de que a atitude daquele que o ajudou e que se solidarizou com ele seja uma situação utópica. A parábola que aparece no Evangelho de Lucas, no Novo Testamento, teria sido contada por Jesus a fim de ilustrar que a compaixão deveria ser aplicada a todas as pessoas, colocando a definição de “próximo” num contexto mais amplo do que aquele que geralmente se considera.

### O HOMEM DA MODERNIDADE NO CONTEXTO DO URBANO



Organograma 3 – O homem da Modernidade no contexto do urbano  
Fonte: A autora (2020).

### 2.1.3 O idoso no contexto da Modernidade

A existência humana é corporal e sem o corpo, que lhe dá um rosto, o homem não existiria (LE BRETON, 2016, p. 7).

A questão da ameaça do fim da existência humana como espécie poderia ser enfrentada a partir de uma perspectiva que questiona sobre o valor conferido, por uma civilização da Modernidade, a uma história de vida, encontrando, na pessoa idosa ou na população de idosos, uma metáfora que serviria de termômetro, capaz de atestar a exata medida daquilo que seria necessário, como um reconhecimento merecido, a uma finitude inevitável. É inegável que este grupo da “terceira idade” constitui-se daqueles seres humanos que, provavelmente, menos chances terão de conhecer o derradeiro destino da espécie, não chegando nem mesmo a saber, talvez, o suficiente sobre o desfecho do empreendimento humano na Terra.

O corpo humano, assim como qualquer sistema biológico<sup>26</sup>, está sujeito à lei da entropia. De acordo com Hermógenes (1996, p. 28), mesmo que “sadio” e utilizado adequadamente, mais dia menos dia, inevitavelmente, o corpo humano passará a apresentar sintomas de desorganização e degeneração, caminhando, assim, para a extinção. No ser humano, esse processo, que é chamado de envelhecimento, ocorre de forma acelerada quando precipitado por fatores como: a intoxicação por alimentos artificiais, fumo, álcool, medicamentos e outros poluentes do meio ambiente externo (HERMÓGENES, 1996, p. 29). No meio ambiente urbano, os seres humanos, muitas vezes – seja por sua própria ação ou força das circunstâncias – tem usado seu “equipamento” (não apenas o físico, mas também o psíquico, o energético, o intelectual) com desleixo, irresponsabilidade, abuso, na medida em que o violenta, desrespeita e intoxica (HERMÓGENES, 1996, p. 35).

Conforme Le Breton (2016, p. 10-11), o corpo, muitas vezes, é tratado como a “máquina humana”, cujos processos orgânicos são apartados de sua história pessoal, de seu inconsciente. O autor coloca que, no contexto das sociedades modernas, o envelhecimento, marca a redução progressiva ao corpo, posto que o indivíduo é visto separado de seu corpo, de uma maneira dualista: enquanto o corpo ocupa o lugar da diferença, da distinção, do signo do indivíduo, ao mesmo tempo, paradoxalmente, está dissociado do sujeito, como uma espécie

---

<sup>26</sup> Inclui tudo que é constituído por partes diferentes, mas que funcionam como um todo coerente: de um átomo a uma galáxia, de uma célula, a uma floresta, de um relógio de pulso a uma máquina industrial, de um ser humano à humanidade. O único fenômeno que se opõe à entropia é a vida: a vida é neguentrópica (HERMÓGENES, 1996, p. 27).

de *alter ego*, um “recinto objetivo da soberania do ego”, um “fator de individuação”<sup>27</sup>, implicando no isolamento do sujeito em relação aos outros (LE BRETON, 2016, p. 8, 10).

O idoso é o outro, é “o rosto da alteridade absoluta”, o corpo que “resvala lentamente para fora do campo simbólico”, a “imagem intolerável de um envelhecimento que atinge todas as coisas”, o “lembrete da precariedade e da fragilidade da condição humana”, uma “espécie de escravização a uma dualidade que opõe o sujeito ao seu corpo e o torna dependente deste último” (LE BRETON, 2016, p. 174-175).

A singularidade individual é apagada sob o clichê único do corpo danificado, do corpo que precisa ser alimentado, do corpo que deve ser lavado. O velho já não é sua história, já não é sujeito, mas um corpo desfeito, cuja higiene e sobrevivência é preciso cuidar (LE BRETON, 2016, p. 175).

Como dois “preciosos reveladores” do “estatuto moderno do corpo”, o envelhecimento e a representação social da pessoa idosa permitem afinar a reflexão em torno do entendimento de que “a pessoa idosa traz às vezes seu corpo à maneira de um estigma cuja ressonância é mais ou menos viva segundo a classe social à qual pertence e segundo a qualidade de acolhimento do entorno familiar” (LE BRETON, 2016, p. 173).

Envelhecer, para a maior parte dos ocidentais, sobretudo nas camadas populares, mas não somente, é entregar-se a um lento trabalho de luto, que consiste em despojar-se do essencial daquilo que foi sua vida, em desinvestir as ações outrora apreciadas e em admitir pouco a pouco como legítimo o fato de possuir apenas um controle restrito sobre sua existência. Despojamento que pode tornar-se absoluto, e que leva certas pessoas idosas em instituições a colecionar pedras ou trapos, a guardar um despertador ou uma foto, tendo apenas sobrevivido ao naufrágio, e que permanece signo único de uma existência passada. Alienação de si que desemboca no estreitamento do território, até não restar mais que um corpo imóvel e quase inútil, que exige, para a satisfação das necessidades mais elementares, a ajuda do cuidador. Retrato progressivo da simbolização de sua presença no mundo e encerramento em uma espécie de território animal no qual o simbólico é residual, a menos que um cuidador atencioso se detenha à cabeceira do velho e se empenhe em restituir um sentido à sua existência por uma qualidade de presença na qual a palavra, o gesto e a escuta se mesclam (LE BRETON, 2016, p. 176).

Numa sociedade que “não sabe mais simbolizar o fato de envelhecer ou morrer”, a pessoa idosa é aquela que transgride os valores centrais da Modernidade: da juventude, da sedução, da vitalidade e do trabalho (LE BRETON, 2016, p. 174):

---

<sup>27</sup> O avanço do individualismo como estrutura social vem delineando as concepções das sociedades modernas, resultado da emergência do pensamento racional positivo e laico sobre a natureza, distanciando-se progressivamente das tradições populares locais (LE BRETON, 2016, p. 9).



Se outrora os homens envelheciam com o sentimento de seguir uma marcha natural, que os conduzia a um reconhecimento social aumentado, o homem da Modernidade combate permanentemente todos os traços da sua idade, e teme envelhecer com medo de perder sua posição profissional e de não mais encontrar emprego ou perder seu lugar no campo da comunicação (LE BRETON, 2016, p. 176).

A velhice é um sentimento abstrato vindo de fora, que nasce, também, do olhar do outro (LE BRETON, 2016, p. 183):

O sentimento de envelhecer vem sempre de alhures, ele é a marca em si da interiorização do olhar do outro. Reencontrar antigas fotos, que remetem a um rosto que não é já mais completamente o seu, ver o rosto transformado dos outros após uma longa ausência, é conhecer uma confrontação íntima do tempo metabolizado (LE BRETON, 2016, p. 183, 184).

A questão do envelhecimento, conforme o Ministério da Saúde (2016, não p.), deve ser tratada com base na visão de que “o envelhecimento saudável é muito mais que a ausência de doença” o que faz com que o foco deixe de ser a cura e passe a ser o cuidado, priorizando a criação de condições para que “esta população mantenha certa autonomia e capacidade funcional” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, não p.). Reconhecendo que o aumento da longevidade<sup>28</sup> é um triunfo do desenvolvimento e uma das maiores conquistas da humanidade da época moderna<sup>29</sup>, de acordo com este portal de comunicação, o aumento da população em envelhecimento representa a exigência de novas demandas sociais, econômicas e culturais, tanto na dimensão individual quanto na familiar, das sociedades e da comunidade global (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014, não p.), indicando que a conquista de um envelhecimento sadio impõe uma mudança de paradigma nas questões relacionadas aos direitos, à inclusão, à participação e ao protagonismo do idoso nas sociedades.

Segue-se o organograma de síntese desta reflexão, apontando os principais conceitos referentes à condição do idoso na sociedade moderna ocidental.

---

<sup>28</sup> As pessoas vivem mais em razão de melhorias na nutrição, nas condições sanitárias, nos avanços da medicina, nos cuidados com a saúde, no ensino e no bem-estar econômico (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014, não p.). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), idoso é todo indivíduo com 60 anos ou mais. A população brasileira manteve a tendência de envelhecimento dos últimos anos e ganhou 4,8 milhões de idosos desde 2012, superando a marca dos 30,2 milhões em 2017, segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua – Características dos Moradores e Domicílios. Este número representa 13% da população do país. Esse percentual tende a dobrar nas próximas décadas, sendo que, atualmente, 84% da população com mais de 60 anos vive nas áreas urbanas (AGÊNCIA DE NOTÍCIAS DO IBGE, 2018, 2019, não p.).

<sup>29</sup> Fonte: Resumo Executivo. Publicado pelo Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA, Nova York e pela HelpAge International, Londres, 2012) (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014, não p.).

## O IDOSO NO CONTEXTO DA MODERNIDADE

O CORPO HUMANO ESTÁ SUJEITO À LEI DA ENTROPIA  
- ESSE PROCESSO É CHAMADO DE ENVELHECIMENTO

MESMO QUE "SADIO" O CORPO PASSA A APRESENTAR SINTOMAS DE  
DESORGANIZAÇÃO E DEGENERAÇÃO, CAMINHANDO PARA A EXTINÇÃO

PRINCIPALMENTE NO CONTEXTO URBANO DAS GRANDES CIDADES,  
O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO PODE SE DAR DE FORMA ACCELERADA

(HERMÓGENES, 1996)

O CORPO, MUITAS VEZES, É VISTO COMO A "MÁQUINA HUMANA", CUJOS PROCESSOS ORGÂNICOS  
SÃO APARTADOS DE SUA HISTÓRIA PESSOAL, SEU INCONSCIENTE

O ENVELHECIMENTO MARCA A REDUÇÃO PROGRESSIVA DO CORPO

O CORPO ESTÁ DISSOCIADO DO SUJEITO, COMO UM *ALTER EGO*

### O IDOSO É O OUTRO

"o rosto da alteridade absoluta"

"o corpo que resvala lentamente para fora do campo simbólico"

"a imagem intolerável de um envelhecimento que atinge todas as coisas"

"o lembrete da precariedade e da fragilidade da condição humana"

O IDOSO É AQUELE QUE TRANSGRIDE OS VALORES CENTRAIS DA MODERNIDADE:  
DA JUVENTUDE, DA SEDUÇÃO, DA VITALIDADE E DO TRABALHO

(LE BRETON, 2016)

O AUMENTO DA POPULAÇÃO EM ENVELHECIMENTO REPRESENTA A EXIGÊNCIA  
DE NOVAS DEMANDAS SOCIAIS, ECONÔMICAS E CULTURAIS

A CONQUISTA DE UM ENVELHECIMENTO SADIO IMPÕE UMA MUDANÇA DE PARADIGMA  
NAS QUESTÕES RELACIONADAS AOS DIREITOS, À INCLUSÃO, À PARTICIPAÇÃO  
E AO PROTAGONISMO DO IDOSO NAS SOCIEDADES

(MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014)

## 2.2 CAMINHOS DE ENFRENTAMENTO DA CRISE

No enfrentamento da problemática apontada, optou-se por iniciar apresentando os principais marcos históricos dentro do cenário político, científico e educativo, que representaram a emergência da questão socioambiental e nortearam as reflexões do campo do conhecimento ambiental, desde a interdisciplinaridade, a complexidade e as revoluções científicas.

A construção deste arcabouço teórico culmina nos apontamentos que dizem respeito à construção de uma nova racionalidade, que, conforme Leff (2006), constituir-se-ia de uma “racionalidade ambiental”. Encerrando o debate do campo do conhecimento ambiental, o autor propõe, na construção desta racionalidade ambiental, uma investigação pela via da outridade, com base no conteúdo articulado por Emmanuel Levinas.

Ao final do capítulo, o yoga é apresentado, visando fornecer subsídios teóricos à discussão da outridade.

### 2.2.1 Marcos históricos e natureza do campo do conhecimento ambiental

A questão ecológica, de acordo com Leff (2003, p. 7; 2011, p. 309), “irrompe no cenário político, científico e educativo como um dos problemas mais importantes em meados do último terço do século XX” (fim dos anos 1960 e começo da década de 1970), emergindo como problemática contemporânea com toda a sua complexidade e interdisciplinaridade<sup>30</sup>. Alguns principais antecedentes<sup>31</sup> direcionaram “a cruzada em favor do meio ambiente”, lançada pela Conferência de Estocolmo sobre Meio Ambiente Humano, de 1972. Em 1975 se estabelece o Programa Internacional de Educação Ambiental (PIEA), patrocinado pela UNESCO e pelo Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA) (LEFF, 2011, p. 310).

---

<sup>30</sup> Leff (2003, p. 7; 2011, p. 309), define a crise ecológica como sintoma de uma crise da civilização, manifestada pelo fracionamento do conhecimento e pela degradação do ambiente, marcada pelo “logocentrismo da ciência moderna e pelo transbordamento da economização do mundo guiado pela racionalidade tecnológica e pelo livre mercado”.

<sup>31</sup> A Bomba Populacional, de Paul Ehrlich (1968), o Congresso de Nice sobre Interdisciplinaridade de 1968 (APOSTEL et al, 1975), a Teoria Geral de Sistemas de Bertalanffy (1968), O Homem Unidimensional de Herbert Marcuse (1968), Da Gramatologia, de Derrida (1967), A Arqueologia do Saber, de Michel Foucault (1969), A Lei da Entropia e o Processo Econômico de Nicolás Georgescu Roegen (1971), Os Limites do Crescimento (MEADOWS et al, 1972) e se difunde mundialmente o estudo do Club de Roma (LEFF, 2011, p. 310).

Após a Conferência Intergovernamental sobre Educação Ambiental (em Tbilisi, 1977), “iniciou-se um processo orientado a formar uma nova consciência sobre o valor da natureza e a reorientar a produção do conhecimento” (LEFF, 2003, p. 7), em que se estabeleceram as orientações gerais da educação ambiental, fundada nos princípios da “interdisciplinaridade e da complexidade como método para compreender e restabelecer as relações sociedade-natureza” (LEFF, 2011, p. 310).

A problemática ambiental é o campo privilegiado das inter-relações sociedade-natureza, razão pela qual seu conhecimento demanda uma abordagem holística e um método interdisciplinar que permitam a integração das ciências da natureza e da sociedade; das esferas do ideal e do material, da economia, da tecnologia e da cultura (UNESCO<sup>32</sup>, 1986, apud LEFF, p. 310).

Na América Latina, de acordo com Zanoni e Raynaut (2015, p. 9-10), o debate obteve avanços a partir do conceito de ecodesenvolvimento<sup>33</sup>. O Programa das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente contribuiu para a difusão desse conceito, resultando em unidades de pesquisa<sup>34</sup>, sendo apresentado às vésperas da Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente e o Desenvolvimento que ocorreu no Rio de Janeiro, em 1992. A ideia de desenvolvimento endógeno delimita “a posição dos atores como criadores de sua própria sociedade e de sua própria cultura” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 9-10).

Nos anos 1980, dentro da Estratégia Mundial da Conservação (UICN, 1980), a União Internacional para a Conservação da Natureza utiliza pela primeira vez a expressão – de influência anglo-saxã – *sustainable development*<sup>35</sup> (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 10). Este conceito<sup>36</sup> é retomado pela Comissão Mundial para o Meio Ambiente e o Desenvolvimento,

---

<sup>32</sup> UNESCO. Universities and environmental education. Paris, 1986.

<sup>33</sup> Conceito introduzido por Maurice Strong (Secretário da Conferência de Stockholm) e amplamente difundido por Ignacy Sachs, com o objetivo de responder à “problemática da harmonização dos objetivos sociais e econômicos do desenvolvimento com uma gestão ecologicamente prudente dos recursos e do meio”, acrescentando a ideia de “desenvolvimento endógeno e dependente de suas próprias forças” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 9-10).

<sup>34</sup> Desde a França – na Escola de Estudos Superiores em Ciências Sociais e a Casa das Ciências do Homem – até os países do Terceiro Mundo, como o México, o Brasil, o Senegal e a Colômbia, integrando soluções econômicas, sociais e técnicas, com o objetivo de “frear o processo de degradação dos recursos naturais atribuído, em parte, aos modelos de desenvolvimento adotados e às limitações impostas pela dívida e os ajustes estruturais derivados desta” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 9-10).

<sup>35</sup> O desenvolvimento sustentado, como um novo paradigma, foi apresentado por P. Jacobs, J. Gardner e D. Munro (1987, p. 17-29, apud ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 10), em ocasião da Conferência Mundial sobre a Conservação e o Desenvolvimento do IUCN (Ottawa, 1986), citando como suas prioridades: “a integração da conservação e do desenvolvimento; a satisfação das necessidades humanas fundamentais; a realização da equidade e da justiça social, a busca da autodeterminação social e da diversidade cultural; a manutenção da integridade ecológica”.

<sup>36</sup> Propõe a seguinte definição: “desenvolvimento que responde às necessidades do presente sem comprometer as possibilidades das gerações futuras de satisfazer suas próprias necessidades”.

em 1987, em seu Relatório Brundtland<sup>37</sup> (BRUNDTLAND, 1988, p. 43, apud ZANONI; RAYNAULT, 2015, p. 10). Segundo Zanoni e Raynaut (2015, p. 11), apesar da diversidade de expressões empregadas (“desenvolvimento sustentado”; “desenvolvimento viável”; “desenvolvimento sustentável”), estas definições apresentam um consenso sobre certos conceitos essenciais como os que dizem respeito ao “longo prazo, ao bem-estar social e à solidariedade com as futuras gerações” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 11). A “Rio 92”, como ficou conhecida, também teve alguns princípios éticos<sup>38</sup> demarcados a partir da promulgação dos “Princípios do Rio”, inspirados na teologia (ecológica) da libertação, de Leonardo Boff<sup>39</sup>, resultando na “Carta da Terra” (LEFF, 2006, p. 266).

As diversas concepções de sustentabilidade, conforme Florit et al. (2019, p. 3-4), apresentam reflexões em torno dos “rumos que deveriam ser tomados pela sociedade em busca de atender às satisfações humanas”. Os autores citam algumas discussões que apresentam uma reflexão crítica “em torno dos valores e princípios morais básicos que subjazem às ações de desenvolvimento”, que têm sido incorporadas progressivamente<sup>40</sup>. Estas reflexões apresentam um consenso de que os processos de desenvolvimento, atualmente, “devem atender a uma gama complexa de variáveis, tanto objetivas como subjetivas, incluindo concepções de bem-estar, valores e anseios dos sujeitos envolvidos”, de forma a não ater-se “a trajetórias lineares predefinidas” (FLORIT et al., 2019, p. 3).

No âmbito da academia, conforme Kuhnen (2019, p. 41), especialmente nas áreas das humanidades, reconhece-se que “é necessário pensar sobre como se construiu historicamente os modos de relação entre seres humanos e outras formas de vida não humanas”. No campo da prática, na atualidade, cada vez mais, diferentes organizações não governamentais, através do ativismo ecológico, têm buscado ampliar sua atuação, contribuindo assim para a

---

<sup>37</sup> Em “Nosso futuro comum” (WCED, 1987, apud LEFF, 2006, p. 136), mais conhecido como Informe Brundtland, deslocou-se as estratégias de “ecodesenvolvimento” para o discurso de “desenvolvimento sustentável”, embora esta noção já tivesse, conforme Leff, “se insinuado” a partir dos textos da Estratégia Mundial da Conservação”, de 1980, que seria retomada pelas “Estratégias para uma vida sustentável” (IUCN/Unep/WWF, 1991, apud LEFF, 2006, p. 136).

<sup>38</sup> Enunciados tais como: “pensar globalmente e agir localmente”; “o princípio da precaução”; “as responsabilidades comuns, mas diferenciadas”; “o consentimento prévio informado”; etc. (LEFF, 2006, p. 266).

<sup>39</sup> Boff (2017, p. 53) é o autor, dentre tantas outras reflexões, da ideia de um “patamar ético mínimo que possa ganhar o consentimento de todos e assim salvaguardar a Terra como Casa Comum”. Assim como na diversidade existente na natureza, é possível ser humano e ético de muitas formas diferentes. Para Boff, o “patamar de igualdade comum” consiste em que cada qual possui um “equipamento biológico e cultural” dotado de habilidades para organizar-se em relação à natureza, todos são seres humanos, habitantes da mesma “Casa Comum”, estando, portanto, todos “igualmente submetidos às mesmas ameaças e aos mesmos riscos como jamais ocorreram anteriormente, nestas proporções globais, na história humana”.

<sup>40</sup> Tais como as acepções do desenvolvimento à escala humana de Max-Neff (2011), do decrescimento de Latouche (2003), e na “constatação da necessidade de re-construção de uma racionalidade ambiental” (LEFF, 2006).

construção de um espaço de reflexão, dotado de um número cada vez maior de adeptos que são capazes de influenciar no campo das instituições políticas (KUHNEN, 2019, p. 41).

Acima de todas as representações possíveis do meio ambiente, o homem e as sociedades humanas devem ser colocados no centro das preocupações, como sujeitos e objetos, atores e produtos, não sendo “considerados simplesmente como convidados do meio em que habitam”, mas parte integrante deste, interrogando sobre as “condições de sua reprodução e desenvolvimento, o que significa dizer, sobre seu vir a ser” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 11-12). As relações entre as sociedades humanas e o seu meio ambiente estão colocadas em primeiro lugar na concepção de um desenvolvimento sustentado, sendo que a gestão dos recursos renováveis é inseparável deste conceito (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 11-12).

É verdade que quando se analisa o ser humano em sua interação com os ecossistemas, não o consideramos somente como um organismo vivo entre outros, mas, também, como um elemento de um sistema social, sem o conhecimento do qual seu comportamento não tem sentido (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 12).

O campo dos estudos ambientais localiza-se na interface das ciências naturais e sociais, em um “lugar” onde nenhuma compreensão é possível “sem o apelo simultâneo das propriedades dos dois sistemas<sup>41</sup>” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 11-13): “não há trabalho científico sobre o meio ambiente fora do quadro da interdisciplinaridade” – sendo a noção de meio ambiente multicêntrica e inseparável das noções de complexidade e de diversidade. Os estudos dos problemas decorrentes do campo ambiental reclamam uma abordagem holística, globalizante, que investiga as “inter-relações entre fenômenos, as correspondências entre níveis de organização, a imbricação de ligações causais” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 13).

O maior desafio do pensamento contemporâneo, de acordo com Morin (2000, p. 199), é pensar a complexidade, apontando inúmeros elementos e premissas de um “pensamento da complexidade”, desde a Antiguidade, na história da filosofia ocidental e oriental<sup>42</sup>. O

---

<sup>41</sup> “Sistema Natureza e Sistema Sociedades como dois subsistemas – de um sistema que pode ser designado como ecossfera – que interagem e mesmo comungam elementos comuns, porém se organizam segundo propriedades estruturais e dinâmicas diferentes” (ZANONI; RAYNAUT, 2015, p. 12).

<sup>42</sup> O pensamento chinês de Lao-tsé se baseia na união dos contrários como característica da realidade (yin e o yang), e Fang Yizhi formula “um verdadeiro princípio da complexidade”. No ocidente, Heráclito afirma a “necessidade de associar em conjunto os termos contraditórios para afirmar uma verdade”, Pascal, como pensador-chave da complexidade: “é impossível conhecer o todo sem conhecer as partes e conhecer as partes sem conhecer o todo”; Kant, em “aporias da razão”, colocou em evidência os limites. Hegel, com a dialógica; Nietzsche colocou a “crise dos fundamentos da certeza”; no metamarxismo, com Adorno, Horkheimer e Lukács, com os “numerosos elementos de uma crítica da razão clássica” (MORIN, 2000, p. 206).

pensamento complexo “tem seus prolongamentos existenciais que postulam a compreensão entre humanos”, já que o “pensamento que une pode esclarecer uma ética da reunião e da solidariedade” (MORIN, 2000, p. 213). O autor afirma que a reforma necessária no “nosso modo de pensar”<sup>43</sup> passa de uma visão linear da causalidade para uma visão circular<sup>44</sup> (MORIN, s.d., p. 4-5).

A “primeira revolução do pensamento complexo”<sup>45</sup> introduziu a incerteza, permitindo a comunicação entre a ciência e a filosofia, sendo capaz de “reunir, contextualizar, globalizar”, enquanto, ao mesmo tempo, reconhece “o singular, o individual, o concreto” (MORIN, 2000, p. 206,207). A segunda revolução científica é a revolução sistêmica, que “introduz a organização nas ciências da terra e na ciência ecológica”, prolongando-se como “revolução da auto-eco-organização em biologia e sociologia” (MORIN, 2000, p. 213).

Segundo Leff (2011, p. 321-322), a “fundação do conhecimento interdisciplinar em geral” – em especial o ambiental – implica um “rompimento epistemológico que funda uma nova ciência ou um novo campo do conhecimento”. Para que se possa orientar a reconstrução do mundo pelo processo de “aprender a aprender a complexidade ambiental” (LEFF, 2003, p. 24), a crise do nosso tempo precisa ser compreendida pelo entendimento de “suas raízes no pensamento”:

A crise do nosso tempo foi a epopéia do ser humano por salvar sua falta em ser”, na tentativa de “colmar sua incompletude com a ideia absoluta, com uma razão ordenadora, com uma certeza e uma auto-consciência de seu lugar no mundo (LEFF, 2003, p. 24).

Para Leff, esse processo em que o homem buscou conhecer, ordenar, dominar e controlar “coisificou o mundo, desestruturando a natureza e acelerando o desequilíbrio ecológico. Ao submeter a natureza às leis de suas certezas e seu controle, abriu as comportas do caos e da incerteza” (LEFF, 2003, p. 24). A solução para a crise não se dará pela “via da racionalidade teórica e instrumental que constrói e destrói o mundo” (LEFF, 2003, p. 16). Não se encontrará solução baseada no “refinamento do projeto científico e epistemológico que

---

<sup>43</sup> Morin (s.d., p. 7), afirma que um dos traços importantes do seu trabalho foi deixar de subestimar os aspectos imaginários e mitológicos do ser humano, já que uma vez que “damos vida às nossas ideias, são elas que indicam o nosso comportamento”, sendo que “as realidades imaginária e mitológica são um aspecto fundamental da realidade humana”.

<sup>44</sup> A partir da compreensão de que os seres humanos são produtos e produtores no processo da vida, pelo princípio da causalidade retroativa é possível compreender que “não só a parte está no todo como o todo está na parte” (MORIN, s.d., p. 4-5).

<sup>45</sup> “Introduziu a incerteza com a termodinâmica, a física quântica e a cosmo-física”, desencadeando as “reflexões epistemológicas de Popper, Kuhn, Holton, Lakatos, Feyerabend”, que apresentaram a “ciência não como certeza mas como hipótese”, em que uma teoria provada permanecia falsificável” (MORIN, 2000, p. 206).

fundou o desastre ecológico, a alienação do homem e o desconhecimento do mundo” (LEFF, 2003, p. 21). Mas sim, pelo “questionamento da via da racionalidade teórica e instrumental”, a partir de um “projeto de desconstrução da lógica unitária que busca a verdade absoluta, da ciência objetiva, do pensamento unidimensional” (LEFF, 2003, p. 21).

A crise ambiental nos leva a interrogar o conhecimento do mundo, a questionar esse projeto epistemológico que buscou a unidade, a uniformidade, e a homogeneidade; esse projeto que anuncia um futuro comum, negando o limite, o tempo, a história; negando a diferença, a diversidade, a outridade<sup>46</sup> (LEFF, 2003, p. 20).

Aprender a aprender a complexidade ambiental não diz respeito a uma “aprendizagem do meio”, mas sim, implica “uma nova compreensão do conhecimento do mundo, que incorpora os conhecimentos e saberes arraigados em cosmologias, mitologias, ideologias, teorias e saberes práticos” (LEFF, 2003, p. 23,55); vai “além do projeto de interdisciplinaridade que propõe a articulação dos paradigmas científicos estabelecidos e as formas de complementaridade do conhecimento objetivo”; produz-se no “entrecruzamento de saberes e se arraiga em novas identidades”; constrói-se na “dialética de posições sociais antagônicas” e no “enlaçamento de reflexões coletivas, de valores comuns e ações solidárias ante a reapropriação da natureza”; emerge da “inscrição de novas subjetividades e a abertura para um diálogo de saberes”; questiona “as formas em que os valores permeiam o conhecimento do mundo, abrindo um espaço para o encontro entre o racional e o moral, entre a racionalidade formal e a racionalidade substantiva” (LEFF, 2003, p. 22); dá-se pela “desconstrução do pensado para pensar o ainda não pensado” (LEFF, 2003, p. 8), pelo “desaprender e dessujeitar-se dos conhecimentos concebidos” (LEFF, 2003, p. 8); de “aprender a aprender em um processo dialógico: diálogo aberto com os outros e com um mundo em vias de complexização” (LEFF, 2003, p. 9); em um “contexto de interculturalidade” em que se define a “particularidade de cada situação ambiental”, em uma “construção sempre interativa entre sujeitos, indivíduos e comunidades, em que se reconfiguram os saberes pessoais e as identidades coletivas”, não havendo, no princípio deste saber, um conhecimento último nem um saber privilegiado (LEFF, 2003, p. 9). A complexidade ambiental, “não emana da evolução da matéria nem se descobre no mundo objetivo” (LEFF, 2003, p. 7).

---

<sup>46</sup> “O conceito de outridade, de Emmanuel Levinas, introduz uma relação ética anterior e mais além de toda ontologia e de toda epistemologia, na construção de um porvir sustentável”. É na relação do ser com sua externalidade infinita, no encontro com um ser-Outro, a partir de suas diferenças, que o saber se constitui e o diálogo de saberes se produz. “A relação de outridade funda outra racionalidade” (LEFF, 2006, p. 349-368).



A complexidade ambiental é um processo de reconstituição de identidades resultantes da hibridação entre o material e o simbólico; é o campo no qual se gestam novos atores sociais que se mobilizam para a apropriação da natureza; é uma nova cultura na qual se constroem novas visões e surgem novas estratégias de produção sustentável e democracia participativa (LEFF, 2003, p. 21).

Aprender o mundo é olhá-lo como “potência e possibilidade”, entendendo a realidade como “construção social mobilizada por valores, interesses e utopias” (LEFF, 2003, p. 58), sabendo que “a incerteza, o caos e o risco são ao mesmo tempo efeito da aplicação do conhecimento que pretendia anulá-los e condição intrínseca do ser e do saber” (LEFF, 2003, p. 22).

“Uma nova compreensão do mundo incorpora o limite do conhecimento e a incompletude do ser” (LEFF, 2003, p. 38), pois “toda aprendizagem é apreensão e transformação do conhecimento a partir do saber que constitui o ser”, é também “uma reapropriação subjetiva do conhecimento” e parte do “próprio ser de cada sujeito”, como um processo dialógico de aprender o mundo, que “desborda toda racionalidade comunicativa construída sobre a base de um possível consenso de sentidos e verdades” (LEFF, 2003, p. 57, 58).

As causas da crise ambiental, bem como suas manifestações como problemáticas ambientais, reclamam um questionamento quanto à própria racionalidade que as gera, remetendo à construção de uma nova racionalidade, de uma “racionalidade ambiental”, em que uma abordagem interdisciplinar não se resume somente a um “método integrador do existente”, nem se “trata simplesmente de unir o que tem sido desunido pelo desenvolvimento das ciências”, mas sim, consiste de “uma perspectiva transformadora dos paradigmas atuais do conhecimento, da abertura à hibridação das ciências, das tecnologias e dos saberes populares” (LEFF, 2011, p. 322).

Segue-se o organograma que recupera o conteúdo em forma de síntese dos principais marcos históricos e conceitos abordados.

## MARCOS HISTÓRICOS E NATUREZA DO CAMPO DO CONHECIMENTO AMBIENTAL



Organograma 5 – Marcos históricos e natureza do campo do conhecimento ambiental  
Fonte: A autora (2020).

### 2.2.2 A racionalidade ambiental conforme Leff

É no campo conflitivo de interesses e concepções diversos em torno “dos sentidos da sustentabilidade”<sup>47</sup> que, conforme Leff (2006, p. 248, 249), instaura-se a construção do conceito de “racionalidade ambiental”, surgindo do discurso ambientalista que aponta para um “conjunto de mudanças institucionais e sociais” que se fazem necessárias para conter “os efeitos ecodestrutivos da racionalidade econômica”<sup>48</sup>. Indica um “processo de racionalização” (LEFF, 2006, p. 262), em que “um conjunto de critérios daria legitimidade à tomada de decisões dos agentes sociais, reorientando as ações sociais, sobre a base de outros princípios teóricos e éticos”, assegurando assim, um desenvolvimento sustentável – com base no “conceito de qualidade de vida e de qualidade ambiental”<sup>49</sup> (LEFF, 2006, p. 251).

Este conceito não se concretiza somente através de princípios morais, mas sim, através de “processos materiais que dão suporte a uma racionalidade social alternativa”, em que se possa reconstituir “as relações de produção do homem com a natureza” (LEFF, 2006, p. 257).

A construção do conceito de racionalidade ambiental implica em “um encontro de racionalidades – de formas diferentes de pensar, de imaginar, de sentir, de significar e dar valor às coisas do mundo” (LEFF, 2006, p. 249). É neste sentido que se abrem “novas perspectivas de indagação sobre os processos sociais que orientam a construção de um futuro sustentável” (LEFF, 2006, p. 348), algo que transcende “a relação de conhecimento com a objetividade de uma realidade”, o que implica pensar a abertura da história, o “desprendimento da ordem coisificadora e hipereconomicizadora do mundo”, apontando para “a criatividade humana, a mudança social e a construção de alternativas” (LEFF, 2006, p. 348).

A racionalidade ambiental leva a pensar na abertura “do mesmo” até o “outro” pela via da “diversidade cultural e da relação ética do Ser com o Outro” (LEFF, 2006, p. 348). É nesse sentido que se impõe o desafio de pensar as relações sociais através da linguagem e da fala, da comunicação intersubjetiva, desde as suas racionalidades dominantes, isto é, a partir do

---

<sup>47</sup> Em tempos de globalização, diante da “profundidade das transformações e do reordenamento do mundo”, a “disputa em torno dos sentidos da sustentabilidade” atrai e problematiza princípios éticos, epistemológicos e ontológicos – originários da metafísica e da filosofia – para o campo do “conflito de interesses, em torno da apropriação social da natureza” (LEFF, 2006, p. 348).

<sup>48</sup> Para Leff (2006, p. 262), a construção de uma racionalidade ambiental é a “realização de uma utopia”, que emerge como um processo de oposição de interesses e perspectivas em relação à racionalidade capitalista – que teve seu período histórico de construção, de legitimação, de institucionalização e de tecnologização, fundamentada e legitimada na produtividade e eficiência, chegando a gerar uma “razão tecnológica”.

<sup>49</sup> Estes conceitos, como objetivos da estratégia ambiental de desenvolvimento sustentável, tem sua racionalidade fundada “nos valores qualitativos de suas metas, em uma racionalidade substantiva entendida como sistema de significações e valores culturais caracterizado por sua diversidade, por uma política da diferença e uma ética da outriedade” (LEFF, 2006, p. 262).

questionamento e da desconstrução de “preconceitos que fundam nossa percepção do mundo” (LEFF, 2006, p. 349).

Leff propõe que o problema seja explorado através de duas vias, que, contrastadas com o conceito de racionalidade ambiental, abordam o encontro de saberes e de racionalidades na construção do desenvolvimento sustentável. A primeira via parte do conceito de “racionalidade comunicativa”, de Jürgen Habermas<sup>50</sup>, e sugere a investigação dos “processos atuais de racionalização social, em relação a sua possibilidade de conduzir para a construção de um consenso social que oriente a ação social para alcançar um futuro comum sustentável” (LEFF, 2006, p. 349). A racionalidade comunicativa seria uma tentativa de “tornar inteligível o mundo”, a partir de um processo em que “a ação social é mobilizada – normatizada, legitimada” (LEFF, 2006, p. 360), propondo um entendimento do mundo que “ressoa nas estratégias discursivas do desenvolvimento sustentável que procuram um consenso para a auto-preservação do planeta, além do ditame de um imperativo econômico, ecológico ou tecnológico” (LEFF, 2006, p. 357).

Contudo, Emmanuel Levinas (apud LEFF, 2006, p. 361) acusa um “pecado original de raízes profundas”, que é “o da constituição do ser humano pela linguagem”, o que faz com que “todo diálogo guiado por uma racionalidade comunicativa” fique limitado e envolto por um “saber de fundo”, pois está marcado pelo modo como o “ser cognoscente abordou o Real”. Dessa forma, esse diálogo ignora aquilo que poderia ser “a porta para o futuro” (LEFF, 2006, p. 361), que é, justamente, a segunda via de investigação proposta por Leff: o conceito de outridade de Emmanuel Levinas, que “introduz uma relação ética, anterior e mais além de toda ontologia e de toda epistemologia, na construção de um porvir sustentável” (LEFF, 2006, p. 349).

Segue-se o organograma que apresenta a racionalidade ambiental, conforme foi abordada nesta reflexão.

---

<sup>50</sup> Inscrito na mesma tradição do pensamento crítico alemão em que, de Marx e Weber a Horkheimer e Adorno, “questiona o saber totalizante que se desprende da dialética do Iluminismo e da racionalidade teórica e instrumental como fundamento do pensamento da modernidade” (LEFF, 2006, p. 350).

## A RACIONALIDADE AMBIENTAL CONFORME LEFF

NOVAS PERSPECTIVAS DE INDAGAÇÃO SOBRE OS PROCESSOS SOCIAIS QUE  
ORIENTAM A CONSTRUÇÃO DE UM FUTURO SUSTENTÁVEL

INDICA UM PROCESSO DE RACIONALIZAÇÃO  
EM QUE UM CONJUNTO DE CRITÉRIOS DARIA LEGITIMIDADE À TOMADA DE DECISÕES  
DOS AGENTES SOCIAIS, REORIENTANDO AS AÇÕES SOCIAIS, SOBRE A BASE DE  
OUTROS PRINCÍPIOS TEÓRICOS E ÉTICOS

ALGO QUE TRANSCENDA A RELAÇÃO DE CONHECIMENTO  
COM A OBJETIVIDADE DE UMA REALIDADE

DESPRENDIMENTO DA ORDEM COISIFICADORA  
E HIPERECONOMICIZADORA DO MUNDO

APONTA PARA A CRIATIVIDADE HUMANA,  
A MUDANÇA SOCIAL E A CONSTRUÇÃO DE ALTERNATIVAS

ABERTURA “DO MESMO” ATÉ O “OUTRO”  
PELA VIA DA DIVERSIDADE CULTURAL  
E DA RELAÇÃO ÉTICA DO SER COM O OUTRO

DESAFIO DE PENSAR A RELAÇÃO SOCIAL  
ATRAVÉS DA LINGUAGEM E DA FALA,  
DA COMUNICAÇÃO INTERSUBJETIVA  
E DA RELAÇÃO DE OUTRIDADE

QUESTIONAMENTO E DESCONSTRUÇÃO  
DE PRECONCEITOS QUE FUNDAM  
“NOSSA PERCEPÇÃO DO MUNDO”

Organograma 6 – A racionalidade ambiental conforme Leff  
Fonte: A autora (2020).

### 2.2.3 A discussão da outridade pelo conhecimento ocidental

De acordo com Leff (2006, p. 361), a outridade não é uma relação dialética, pois não se estabelece na “polarização que produz o pensamento metafísico como a dualidade mente-corpo, sujeito-objeto, unidade-diversidade”, mas sim, acontece “na ordem do ser e do saber”, numa relação de diferença.

A outridade de Levinas revela um sentido do discurso, da fala e da comunicação que se expressa “quando se descobre o rosto e se entra no diálogo com o outro”; é quando o diálogo de saberes se consolida dentro de uma racionalidade ambiental, rompendo o “cerco de uma racionalidade objetivante”, abrindo-se à compreensão do outro, à negociação e alcance de “acordos com o outro”, sem a pretensão de “englobar as diferenças culturais em um saber de fundo universal” (LEFF, 2006, p. 360, 361).

Em Levinas, o Outro, que é rosto, é também o “saber totalizador”, é o ambiente que, compreendido como um saber, aparece como uma externalidade que não se deixa integrar, posto que é infinito. O ambiente – “o absolutamente outro” – não é uma dimensão que se possa assimilar ou internalizar dentro dos “paradigmas objetivantes do conhecimento”<sup>51</sup> (LEFF, 2006, p. 362).

A relação da outridade se abre para o “reencantamento da vida com o infinito”, como uma “reinserção da vida no enigma indecifrável da existência humana” (LEFF, 2006, p. 365).

Assim, “A significação e a inteligibilidade do mundo não provêm, pois, da falta do Mesmo<sup>52</sup> e sua necessidade de completar-se, mas do “desejo do Outro” (LEFF, 2006, p. 367).

Sem procurar “traduzir o outro” em termos do “mesmo”, a tentativa de determinar o outro como uma imagem definitiva paralisa todo o processo existencial do sujeito, posto que a liberdade do outro se anula na medida em que se afirma a liberdade daquele que conhece (SILVA, 2012, p. 26).

A perspectiva de Levinas questiona a prerrogativa do Eu na Modernidade e apresenta uma inversão em que “o princípio metafísico da identidade é substituído pelo princípio ético da alteridade” (SILVA, 2012, p. 31), partindo do fato de que “o outro está sempre diante de mim, e essa presença é tão forte que me constitui. O outro está antes do Eu” (SILVA, 2012, p.

---

<sup>51</sup> A objetivação do outro pode ser entendida pelo fato de que o conhecimento subjetivo restringe-se ao Eu do sujeito que conhece, por uma razão plausível: “não posso habitar a consciência do outro da mesma maneira que habito a minha” (SILVA, 2012, p. 23).

<sup>52</sup> No patamar de personalidade relacionado à identidade do sujeito (o Eu ou a consciência de si), supõe-se que a permanência do “mesmo” ocorre de forma privilegiada, pela oposição habitual entre o Eu e o outro. Contudo, na filosofia, encontram-se casos em que a busca da identidade – do conhecimento de si – é também, ao mesmo tempo, a tentativa de conhecer o outro (SILVA, 2012, p. 18).

31). A prioridade do outro faz com que a responsabilidade por ele, assumida em decorrência de sua simples presença, seja o critério de conduta mais relevante: o outro como “referência moral e princípio orientador da existência incide profundamente sobre o entendimento da condição humana” (SILVA, 2012, p. 31). A exigência de responsabilidade para com o outro é tão radical que dispensa a reciprocidade: não me responsabilizo pelo outro esperando que ele faça o mesmo por mim; responsabilizo-me por ele como dever ético absoluto (SILVA, 2012, p. 32- 33).

A filosofia de Levinas coloca o outro em um lugar central no contexto da existência humana, apresentando a possibilidade de uma completa “virada” no pensamento ocidental, na medida em que, apontando o problema do “privilégio do sujeito na modernidade”, apresenta uma possibilidade de se “passar da singularidade do Eu à pluralidade do Nós” (SILVA, 2012, p. 51).

Segue-se o organograma que apresenta os principais apontamentos do pensamento de Leff e Silva, dentro da discussão da outridade.

## A OUTRIDADE PELO CONHECIMENTO OCIDENTAL

A RELAÇÃO DA OUTRIDADE NÃO É UMA RELAÇÃO DIALÉTICA,  
MAS SE DÁ “NA ORDEM DO SER E DO SABER”

É UMA RELAÇÃO DE DIFERENÇA

É QUANDO “SE DESCOBRE O ROSTO E SE ENTRA NO DIÁLOGO COM O OUTRO”

SEM PROCURAR “TRADUZIR O OUTRO” EM TERMOS DO “MESMO”

O OUTRO É, TAMBÉM, O “SABER TOTALIZADOR”,  
QUE ABRE PARA O “REENCANTAMENTO DA VIDA COM O INFINITO”

(LEFF, 2006)

O PRINCÍPIO METAFÍSICO DA IDENTIDADE É SUBSTITUÍDO  
PELO PRINCÍPIO ÉTICO DA ALTERIDADE

O OUTRO ESTÁ ANTES DO EU

A RESPONSABILIDADE POR ELE, ASSUMIDA EM DECORRÊNCIA  
DE SUA SIMPLES PRESENÇA, É O CRITÉRIO DE CONDUTA MAIS RELEVANTE

A RESPONSABILIDADE ÉTICA PELO OUTRO DISPENSA A RECIPROCIDADE

É A POSSIBILIDADE DE SE “PASSAR DA SINGULARIDADE DO EU  
À PLURALIDADE DO NÓS”

(SILVA, 2012)

Organograma 7 – A outridade pelo conhecimento ocidental  
Fonte: A autora (2020).



#### 2.2.4 O yoga

O ensinamento do yoga é parte do conhecimento antigo da Índia, contido no corpo de conhecimento dos Vedas. Seu estudo preconiza a presença de um professor, posto que o yoga tem uma linguagem própria para apresentar o ensinamento. A forma como é utilizada a linguagem, para cada caso ao qual se destina, é um indicativo da preocupação de transmitir, comunicar, articular conhecimento e de, principalmente, encontrar os interlocutores (KNAK, 2018).



Os yogis e mestres Sri Tirumalai Krishnamacharya e Desikachar  
Fonte: Autor desconhecido

##### 2.2.4.1 Definição

O ensinamento do yoga é parte do conhecimento antigo da Índia, contido no corpo de conhecimento dos Vedas, cujo saber é apresentado principalmente pelos textos Sankhya Kariká, Bhagavad Gita e “O Yoga Sutra de Patanjali”.

Os Vedas são o mais antigo corpo de conhecimento de que se tem registro. Apesar de antigos, continuam vivos e disponíveis na forma da cultura hindu ou védica preservada até hoje na Índia”. Referências encontradas nos próprios Vedas os situam como anteriores a 6000 a.C. (BHAGAVAD GITA , 2010).

O Sankhya Kariká é a base teórica do yoga e do Ayurveda. É a “organização para tudo que a gente vê e a gente é” (KNAK, 2018). O texto do Sankhya Kariká trata da realidade material e espiritual da existência e diz que o sofrimento é a base da experiência (CAVALCANTI, 2018).

O Yoga Sutra de Patanjali é a sistematização do conhecimento do yoga visando à compreensão e ao domínio total da mente. É a ciência da mente (SATCHIDANANDA, 2000). O Yoga Sutra é um “mapa da experiência” a ser compreendido pelo ser humano na prática do yoga (CAVALCANTI, 2018). De acordo com Eliade (1996, p. 22), graças ao esforço de Patanjali em coordenar o material filosófico – emprestado do Sankhya – o yoga passou de tradição “mística” a “sistema de filosofia”.

O yoga por definição é:

## 2. *Yogas citta vrtti nirodhah*<sup>53</sup>

*Yogas* = yoga; *citta* = da substância mental; *vrtti* = alterações; *nirodhah* = contenção  
“O aquietamento das ondas mentais é yoga” (SATCHIDANANDA, 2000).

## 3. *Tada drastuh svarupe vasthanam*<sup>54</sup>

*Tada* = então; *drastuh*: aquele que vê; *svarupe* = em sua própria natureza; *vasthanam* = subsistir.

“Então, Aquele que vê [a Si mesmo] subsiste em Sua própria natureza” (SATCHIDANANDA, 2000).

Yoga é: os movimentos da mente silenciam quando todos os pensamentos estão contidos, todo o mundo interno está em silêncio (CAVALCANTI, 2018).

O yoga, do qual a prática física com o corpo faz parte, é o “discernimento daquilo que em mim é imortal” (chamado de meu espírito: *purusha*<sup>55</sup>, *puri* = cidade; *usha* = senhor. “O senhor da cidade”<sup>56</sup>. “A cidade é o corpo” (CAVALCANTI, 2018).

---

<sup>53</sup> Segundo Sutra do capítulo I (Texto da Contemplação), de “O Yoga Sutra de Patanjali”, que é, somado ao Bhagavad Gita e o Sankhya Kariká, o texto mais importantes de referência no estudo e prática do yoga (SATCHIDANANDA, 2000).

<sup>54</sup> Terceiro Sutra do capítulo I (Texto da Contemplação) de “O Yoga Sutra de Patanjali” (SATCHIDANANDA, 2000).

<sup>55</sup> O corpo tem um fim, mas o *purusha* é eterno, indestrutível e inconcebível (incompreensível), é inteligência, é essa ordem que tudo permeia. “Só tenho vida naquilo o que é o meu *purusha* e o resto são objetos de relação” (KNAK, 2018).

<sup>56</sup> As cidades antigamente tinham portões, eram muradas. Na Idade Média, especialmente, tinham entradas e saídas. O corpo é comparado a uma cidade porque tem entradas e saídas: os órgãos dos sentidos, de excreção,

Assim como qualquer escola filosófica, o yoga tem uma visão do ser humano. O questionamento a respeito de “quem é o sujeito em mim” é a sua grande questão: a busca desse conhecimento da verdade última do Eu, ou seja, a natureza essencial do ser humano (CAVALCANTI, 2018).

A raiz da palavra yoga – como *re-ligare* para a palavra religião – é união. Significa recuperar aquilo que foi “esquecido no nascimento”<sup>57</sup>. É a união da consciência individual à consciência infinita. A consciência individual – chamada, no ocidente, de “sujeito” – é conhecida no yoga como *ahamkara*<sup>58</sup>. É aquela dimensão da mente conhecida como a dimensão do ego, que se identifica com a história, com as experiências de vida, os próprios talentos e limitações, os gostos e aversões, a cultura, a hereditariedade. “É aquela mente que está povoada de marcas”<sup>59</sup> (CAVALCANTI, 2018).

Quando se está estabelecido em *ahamkara* é como se o sujeito tomasse a forma daquilo que está na mente: “Percebe-se a si mesmo com gostos e aversões, vulnerável aos sentimentos de apego, raiva, ignorância e medo. Quando o espírito habita um corpo e uma mente, sente as dores do corpo como se fossem suas e sente as dores da alma como se fossem suas” (CAVALCANTI, 2018).

O Yoga apresenta um caminho de estudos e práticas que vai capacitando o indivíduo a uma visão a partir de um ponto livre das marcas mentais, características de *ahamkara* (dimensão das identificações do ego). Este ponto, em que é possível a consciência estabelecer-se, é chamado *purusha* (CAVALCANTI, 2018).

O reconhecimento de *purusha* envolve o discernimento entre o que é a “sua realidade mutável” (impermanente) e a “sua realidade imutável” (eterna). De acordo com o yoga, “a ausência da compreensão direta da distinção entre essa verdade do sujeito é a causa última do sofrimento humano”. Entretanto, aponta que esta possibilidade de compreensão da consciência individual do Sujeito não pode ser totalmente apreendida somente pelo

---

sexual. Essa cidade, que tem também uma vida sutil (que é a parte invisível: nossa energia, os pensamentos), tem um senhor. Esse senhor é aquilo que chamamos: o Sujeito em mim. Aquele que é o senhor é aquele que diz: EU (CAVALCANTI, 2018).

<sup>57</sup> Nos Vedas há um ensinamento que diz que quando a criança nasce do ventre da mãe, há um vento que faz com que ela esqueça toda a memória que tem, de todas as suas vidas anteriores. O nascimento é uma nova oportunidade dada, mais uma vez. Oportunidade de quê? De conhecer (CAVALCANTI, 2018).

<sup>58</sup> “É a dimensão da mente que a psicologia ocidental especializou-se em investigar. Aquilo que se vive na experiência deixa rastros que nem sempre são positivos. Estão ali como roteiros compondo a paisagem da dimensão de *ahamkara*” (CAVALCANTI, 2018).

<sup>59</sup> A realidade é vista a partir destas marcas: “temos um filme passando”. As situações externas são a reencenação dessa paisagem interna: toda vez que essa paisagem interna não está consciente, ela se reedita. Como não temos consciência, a maior parte vezes, vamos lá e fazemos (repetimos) as mesmas coisas e reforçamos esta paisagem, confirmamos: “sim, a vida é assim”. Assim, a memória vai condicionar a vida que temos (CAVALCANTI, 2018).

conhecimento teórico, mas sim, realiza-se através da aplicação do conhecimento na prática: “O Yoga não é somente uma teoria a partir da qual se entende a experiência e se conhece a vida. O processo se dá na experiência” (KNAK, 2018).

#### 2.2.4.2 Objetivo do yoga

O Yoga consiste de um caminho de conhecimento que trata da aquisição de uma capacidade de olhar a partir de um ponto livre, onde as marcas – *citta vrtti nirodhah* – estão silenciadas, não estão operando. Quando a mente está neste estado de Yoga (para além de todas as atividades mentais), aquele que vê (o Sujeito) está estabelecido em sua própria natureza (*purusha*), sendo capaz de perceber a realidade diretamente a partir de um ponto de “liberdade psíquica”<sup>60</sup>. Nesta dimensão mental, a realidade é vista através de *purusha*, ou seja, é livre de marcas (CAVALCANTI, 2018).

O yoga trata de oferecer um caminho para aquisição de conhecimento, de compreensão da própria consciência individual do Sujeito, que, uma vez “estabelecida em *purusha*” (verdadeira natureza do ser humano), capacita o indivíduo a olhar para o outro assim como olha para si mesmo (KNAK, 2018).

Com a consciência assim estabelecida, o Sujeito “descansa em sua própria natureza”. A conquista de *purusha* é a conquista “daquilo que já é meu através do método do reconhecimento”. Estando desprendido das identificações com seu próprio Ego – o Sujeito consciente de sua verdadeira natureza (*purusha*) posto que é a única coisa que nele é permanente – percebe o outro como não diferente de si mesmo, podendo, então, estabelecer outra relação com os outros seres humanos e, consequentemente, com todas as outras formas de vida, com a natureza e as coisas. Quanto mais o Ser se move nessa direção, mais experimenta uma satisfação que o faz seguir numa direção menos excludente (KNAK, 2018).

O objetivo do yoga é descobrir *purusha*, onde pode surgir a empatia, a igualdade: “o que está em mim é igual ao que está em todos. A relação passa a ser cada vez mais: o outro e eu não somos diferentes, somos iguais em essência, o resto são diferenças temporárias” (KNAK, 2018).

---

<sup>60</sup> “O yoga diz que é possível uma visão lúcida, profunda, direta, livre e desprendida. O estado de yoga está além de todas as atividades mentais” (CAVALCANTI, 2018).

Isto tem a capacidade de gerar uma sensação de comunhão: “como se estivéssemos nas outras pessoas e as outras pessoas em nós”. É a possibilidade de gerar uma condição de equanimidade, em que: “quanto mais sabedoria, mais os sentimentos de compaixão e amorosidade; um cuidado e respeito pelos próprios obstáculos e emoções, cada vez mais um cuidado e respeito pelos obstáculos e emoções do outro” (KNAK, 2018).

O yoga demonstra que o reconhecimento desta “verdade última do Sujeito” (*purusha*) é o que pode levar para uma relação com “o outro”, sem dominação: “se busco cada vez mais saber quem eu sou, não escravizo o outro, por achar que ele é projeção do meu ego, e, portanto, deve obedecer às minhas regras, satisfazer às minhas expectativas” (KNAK, 2018).

#### 2.2.4.3 Caminho

Segundo a visão do yoga, é pela desilusão e a frustração geradas por resultados e acontecimentos indesejados que se dá a maturidade para levar o ser humano a um processo de autoconhecimento. O yoga demonstra que: “ainda não entendemos que o nosso método de experiência está errado, que não enxergamos as coisas como elas realmente são e, por isso, produzimos sofrimento” (KNAK, 2018).

Não entendemos que a qualidade desse desfrute está diretamente relacionada com a percepção que temos de nós mesmos, achamos que a força das circunstâncias é maior que a da dimensão interna. Enganamo-nos profundamente de que aquele apego, aquela fonte de satisfação e bem-estar (*sukha*), pode ser sustentado e de que aquela dor e desconforto (*duhkham*), podem ser evitados. O nosso processo continua sendo tentar o controle de tudo, das situações materiais, nas relações pessoais. Nosso vínculo sensorial é muito forte, então, continuamos a tentar garantir a permanência do momento presente. O medo existe quando dependemos de circunstâncias e vemos que é impossível manter as coisas permanentes e estáveis (KNAK, 2018).

A solução para o sofrimento, segundo o yoga, é o autoconhecimento. Para que isso aconteça, é necessário um “meio de conhecimento”: *pramanam* (BHAGAVAD GITA, 2010), que é apresentado como um “caminho de envolvimento”.

No Yoga, o conhecimento experiencial do Sujeito envolve o conhecimento de todas as dimensões que compõem o ser humano. E, fundamentalmente, o discernimento entre o que é a sua realidade mutável, impermanente, e sua realidade imutável, eterna. Segundo o Yoga, a ausência da compreensão direta dessa distinção é a causa última do nosso sofrimento (CAVALCANTI, 2018).

Este “caminho de yoga” não é de renúncia, mas sim, “empurra o indivíduo para um relacionamento com o mundo”. Ele é um espelho através do qual o ser humano precisa

enxergar o “lugar”, o “estado” em que está. É um processo de “reconhecimento de mim mesmo”, em que se busca a capacitação para perceber os obstáculos de “aprisionamento mental” (KNAK, 2018).

#### 2.2.4.4 Prática

O aspecto central do caminho de autoconhecimento proposto pelo yoga é *buddhī*, que é a dimensão do intelecto que está apta para a aquisição do conhecimento e que se satisfaz quando conhece uma verdade. *Buddhī* é a qualidade que é conquistada após a pacificação das “perturbações mentais”. É responsável por uma percepção abrangente, pela capacidade de olhar de forma ampla para as coisas, desde a qual se pode acessar *purusha* (KNAK, 2018).

*Buddhī* é uma esfera não só intelectual, mas emocional também, posto que tem sua base no núcleo do coração. É a parte da mente que medita, que consegue “experienciar, sentir o conhecimento, e não somente o interpretar (KNAK, 2018).

A partir da dimensão *buddhī*, pode-se observar a mente individual *ahamkara* (do próprio ego). É a mente que permite o reconhecimento de padrões e de visões restritas, coisas das quais não se consegue livrar-se facilmente através da mente usual (KNAK, 2018).

Estabelecido na dimensão *buddhī*, o Sujeito adquire uma sabedoria que o capacita a cada vez menos “correr das experiências”, cada vez menos “fugir de sua dor”, devido ao conhecimento de que “não se é somente o corpo e a mente” (KNAK, 2018).

De acordo com o Yoga Sutra de Patanjali (KNAK, 2018), os sentimentos que indicam quando a mente está estabelecida em *buddhī*, refletindo-se na relação com o outro, são:

#### **Surgimento de:**

- Amorosidade
- Compaixão
- Alegria
- Não reatividade

#### **frente a:**

- alegria dos outros (todos);
- sofrimento dos outros;
- ações virtuosas e positivas, realizadas por outros;
- ações negativas e danosas, realizadas por outros.

Comentário de Ramanuja<sup>61</sup>: Aquele que vê todas as pessoas como sendo constituídas similarmente de consciência em seu Ser essencial considera os prazeres da forma do nascimento de um filho e a tristeza na forma da morte do seu próprio filho como igual à experiência das outras pessoas – por essas experiências não estarem relacionadas com o verdadeiro Eu. Em outras palavras, vendo os seus próprios prazeres e dores da descrição acima como não sendo diferentes daquelas que os outros sentem, esse yogi é considerado o mais elevado, tendo alcançado o ápice do yoga (KNAK, 2018).

Para que se dê o estabelecimento da mente na dimensão *buddhī* – desde a qual se pode acessar *purusha* – é necessário que predomine, no indivíduo, uma determinada qualidade da mente – que, dentre as três qualidades conhecidas como *gunas*<sup>62</sup> – é aquela que representa a clareza (KNAK, 2018). Denominada *sattva*<sup>63</sup>, esta qualidade da mente descreve a ausência de peso, ou letargia, e de agitação, ou inquietação. *Sattva* é a única qualidade da mente da qual *duhkha*<sup>64</sup> não pode surgir (DESIKACHAR, 2018, p. 145).

A qualidade de *sattva* é a qualidade mais propícia a levar à consciência de *buddhī*, de estar acordado. É a qualidade de perceber, de sentir. É um movimento em direção à sensibilidade. E a meditação só acontece quando existe um certo grau de sensibilidade. Através de *sattva* é possível estabelecer-se em *buddhī* (KNAK, 2018).

De acordo com Desikachar (2018, p. 148), a meta primeira de um praticante de yoga é atingir o estado de *sattva*, à medida que se reduz as outras duas qualidades (*rajas* e *tamas*)<sup>65</sup>, com a intenção de “trazer uma mudança na qualidade da mente, para que consigamos perceber mais pelo *purusha*. O yoga procura influenciar a mente de maneira que seja possível ao nosso *purusha* operar sem obstáculos” (DESIKACHAR, 2018, p. 156).

O yoga apresenta um saber que visa aumentar a qualidade de *sattva*, a partir do qual se pode acessar a dimensão *buddhī*, necessária à compreensão de *purusha* — que é a verdade sobre a “realidade experiencial do Sujeito”, isto é, a verdadeira natureza da vida humana, seu significado. O yoga pode começar pela prática do corpo, mas certamente, antes disso,

---

<sup>61</sup> Importante mestre indiano a cuja linhagem pertence o mestre Krishnamacharya (KNAK, 2018).

<sup>62</sup> Os *gunas* são compreendidos como as três qualidades – *tamas*, *rajas* e *sattva* – peculiares a tudo o que é material (o que inclui os pensamentos, sentimentos e toda a atividade mental), exceto o *purusha* (DESIKACHAR, 2018, p. 145). Este conjunto dos “três modos de ser” (*gunas*) constitui a substância primordial da matéria, denominada *prakṛti*, isto é, os *gunas* são a manifestação de *prakṛti*, em três maneiras diferentes (ELIADE, 1996, p. 31).

<sup>63</sup> *Sattva* é a “modalidade da luminosidade e da inteligência” (DESIKACHAR, 2018, p. 148).

<sup>64</sup> *Duhkha* é o estado mental no qual se experimenta uma limitação das possibilidades de agir e de entender. *Duhkha* surge, por sua vez, de *avidya* (que é a ignorância, o egoísmo, o ódio ou o medo). O yoga sustenta que há um estado chamado *kaivalya*, em que “alguém está livre de preocupações exteriores que causam tantas perturbações internas e geram *duhkha*” (DESIKACHAR, 2018, p. 143, 145).

<sup>65</sup> *Rajas* é a qualidade da atividade, da ação, mas quando em desequilíbrio, “pressiona a mente a um estado de constante atividade”, caracterizando-se como um estado de desassossego e agitação. *Tamas* é o oposto de *rajas*: “é um estado mental fixo, imóvel, pesado”. A predominância de *rajas* ou *tamas* impede a qualidade de “compreensão, de visão penetrante” de *sattva* (DESIKACHAR, 2018, p. 148).

começou pela disponibilidade<sup>66</sup> em “levar-se a si mesmo” ou “deixar-se levar”, em colocar-se diante da possibilidade de encontro de alguma coisa que ainda não se conhece.

De acordo com o primeiro sutra do “Texto da Prática”<sup>67</sup> (*Sādhana pādah*), o yoga, conforme deveria ser praticado por um *yogi*, ou por um “buscador” dedicado, compreende *tapas*, *svadhyaya* e *Ishvara pranidhana*, que, por duas diferentes perspectivas<sup>68</sup>, conforme, respectivamente, os mestres Satchidananda (2000, p. 79) e Desikachar (2018, p. 247), compreendem-se de:

– ***Tapas***:

- Quer dizer “queimar ou criar calor”, sendo compreendido como a própria prática física (os *āsanas*, posturas corporais; e os *pranayamas*, exercícios respiratórios);
- É entendido como a redução das impurezas mentais e físicas pela prática do yoga (dos *āsanas*, posturas corporais; e dos *pranayamas*, exercícios respiratórios).

– ***Svadhyaya***

- Significa estudo relacionado com o verdadeiro Eu;
- É o desenvolvimento da “nossa capacidade de examinarmos a nós mesmos”.

– ***Ishvara pranidhana***

- É o “render-se ao Ser Supremo”, entendendo isto como: entregar os frutos de suas ações a Deus ou à humanidade;
- É buscar compreender que “não somos os senhores de tudo o que fazemos”.

#### 2.2.4.5 O caminho de oito partes

O yoga apresenta um caminho composto por oito partes, no qual os *yamas* e *niyamas* são as observâncias da relação consigo mesmo e com o outro, podendo ser definidos como:

---

<sup>66</sup> Essa “disponibilidade” já é um exemplo representativo da qualidade da mente em *buddhī*, que é aquela que, pertencente a uma dimensão intelectual do Ser, consiste em uma natureza que busca por um conhecimento, ou, aquela na qual a busca por conhecimento é justamente aquilo que a determina. É aquela que por si só, conforme sua própria natureza, é a própria pulsão de vida humana, que leva adiante as ações dos seres humanos na Terra, a partir do desejo. Em *buddhī* pode predominar as qualidades de *tamas* ou *rajas*, mas para o alcance do entendimento de *purusha*, faz-se necessário reduzir *tamas* e *rajas* e fortalecer a qualidade de *sattva*. (KNAK, 2018).

<sup>67</sup> O Texto da Prática é o capítulo 2 dos Sutrás de Patanjali. Como o nome mesmo sugere dirige-se ao yogi praticante do yoga e buscador de autoconhecimento.

<sup>68</sup> No ensinamento do yoga é comum encontrar diferenças na interpretação, conforme a tradição à qual o mestre pertence. Especificamente, na descrição do caminho de oito partes, foram utilizadas as interpretações de dois mestres: Desikachar e Satchidananda.



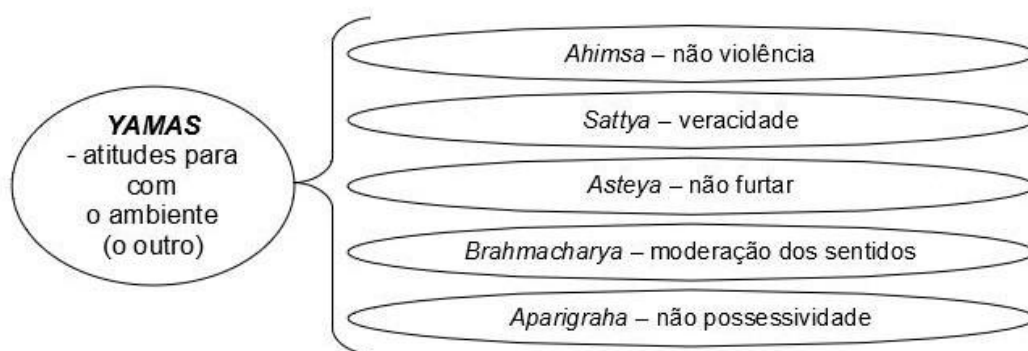
- princípios éticos e morais;
- portais de relacionamento interno e externo;
- atitudes para consigo mesmo e com o ambiente (o outro).

Não podem ser praticados diretamente, mas são resultado da prática dos *āsanas* (a prática de exercícios físicos), *pranayamas* (a prática de exercícios respiratórios) e dos vários níveis de meditação (*pratyahara*, *dhāranā*, *dhyāna*, *samādhi*) que compõem a totalidade do caminho de oito partes.

O yoga de oito partes consiste de:

### 1. *Yamas* – atitudes para com o ambiente (o outro).

Os *yamas* são comumente interpretados, em síntese, conforme os conceitos enfatizados no organograma a seguir:



Organograma 8 – *Yamas*  
Fonte: A autora (2020).

Partindo-se para uma interpretação mais detalhada, destacam-se os seguintes pontos:

– *Ahimsa*, conforme interpretação do mestre Desikachar (2018, p. 259), significa consideração para com todos os seres vivos, especialmente os que são inocentes, os que estão em dificuldade ou em situação pior do que a nossa. De acordo com o mestre Satchidananda (2000, p. 132), *ahimsa* pode ser compreendido como uma atitude de amistosidade, assumida por alguém, em pensamento, palavra e ação. Para Malagó (2006, p. 49), a não violência não se aplica apenas para com os outros, mas, também, na relação que se tem consigo mesmo;

– *Satya*, conforme o mestre Desikachar (2018, p. 259), é a comunicação correta por meio da fala, da escrita, de gestos e ações. De acordo com o mestre Satchidananda (2000, p.

134), quanto mais honesta for a vida que se leva, mais serão vistos os resultados, o que trará a aspiração a ser mais honesto. Assim, para um praticante de yoga, a princípio, a confiança é necessária, mas, à medida em que se continua a praticar “cada passo trará novas esperanças e maior confiança” (SATCHIDANANDA, 2000, p. 135). Para Malagó (2006, p. 50), *satya* implica ser verdadeiro nos pensamentos, sentimentos, palavras e ações, mas que, frequentemente há certas situações em que o problema não pode ser resolvido racionalmente, mas sim, através de buddhi, da intuição, isto é, a verdade “búdica” é isenta da dualidade de bem ou mal;

– *Asteya*, de acordo com o mestre Desikachar (2018, p. 259), é a ausência de cobiça, ou a capacidade de resistir a um desejo por algo que não nos pertence. Na visão do mestre Satchidananda (2000, p. 132), somos todos ladrões, pois, voluntária ou involuntariamente, roubamos da natureza: “De quem é o ar que respiramos? É da natureza. Mas isto não significa que devemos parar de respirar e morrer. Em vez disso, devemos receber com reverência esse ar que respiramos e usar isto para servir a outros”. De acordo com Malagó (2006, p. 51), *asteya* não significa apenas “não roubar”, mas “desenraizar crenças subconscientes ligadas à falta e carência, que causam cobiça e a necessidade constante de acumular coisas”<sup>69</sup>;

– *Brahmacharya*, de acordo com o mestre Desikachar (2018, p. 259), é a moderação em todas as nossas ações, produzindo, assim, a vitalidade individual. Nada se desperdiça quando se busca a moderação em todas as coisas. Qualquer coisa em excesso traz problemas, embora “muito pouco” pode ser igualmente inadequado (DESIKACHAR, 2018, p. 264). Conforme o mestre Satchidananda (2000, p. 140), *brahmacharya* é a continência para se ganhar verdadeira riqueza espiritual pois, muitas vezes, em nome de amar e doar, perde-se a energia necessária para uma mente e físico fortes. Para Malagó (2006, p. 51), o termo pode ser entendido como “moderação dos sentidos”, significando que a busca incessante pelo prazer (não apenas sexual) nas coisas que estão fora de nós nos afasta do encontro com nossa própria essência”.

– *Aparigraha*, de acordo com o mestre Desikachar (2018, p. 259), é a ausência de ganância, ou a habilidade de aceitar apenas o que é apropriado. Para o mestre Satchidananda (2000, p. 144), *aparigraha* é quando a mente se torna tranquila e lúcida, livre de desejos e obrigações. Conforme Malagó (2006, p. 52), a conscientização de *aparigraha* liberta o ser humano do hábito de identificação com as coisas que o rodeiam, entendendo que, embora

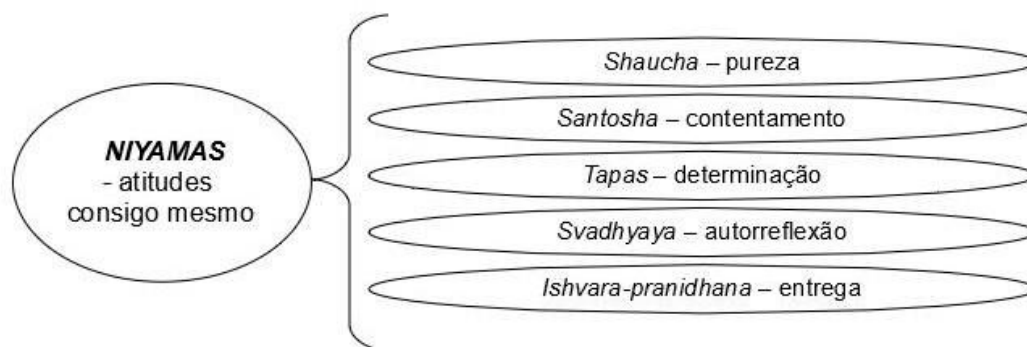
---

<sup>69</sup> De acordo com o professor indiano Aadil Palkhivala, citado por Malagó (2006, p. 51).

certas posses materiais sejam necessárias à sobrevivência, não se deve viver apenas para mantê-las.

## 2. *Niyamas* – atitudes para consigo mesmo.

Os *niyamas* são comumente interpretados, em síntese, conforme os conceitos enfatizados no organograma a seguir:



Organograma 9 – *Niyamas*  
Fonte: A autora (2020).

Partindo-se para uma interpretação mais detalhada, destacam-se os seguintes pontos:

– *Sauca*<sup>70</sup>, de acordo com o mestre Desikachar (2018, p. 261), significa limpeza, ou seja, manter limpo e asseado nosso corpo e o ambiente ao nosso redor. Conforme o mestre Satchidananda (2000, p. 145), quando se compreende *sauca*, desenvolve-se uma indiferença em relação ao corpo, o que não significa que este deva ser negligenciado, mas sim, que o tempo, a ele dispensado, pode ser usado para outros propósitos. Para Malagó (2006, p. 52), *sauca* está associada à ideia de pureza, tanto externa quanto interna, incluindo a alimentação, aquilo que se ouve e aquilo que se pensa;

– *Santosha*, conforme o mestre Desikachar (2018, p. 265), é a faculdade de estarmos confortáveis com o que temos e com o que não temos, o “contentamento verdadeiro”. De acordo com o mestre Satchidananda (200, p. 149), não necessitar procurar por coisas externas para obter felicidade e contentar-se com “ser quem somos” é o que significa *santosha*. Conforme Malagó (2006, p. 54), é “dar valor para o que já se tem e não ficar olhando para o que está faltando”<sup>71</sup>, o que não significa que não se deva ter expectativas e desejar coisas novas, mas sim, de que não se deve condicionar totalmente a felicidade à realização das

<sup>70</sup> Pronuncia-se “shautcha”, também grifado com *śauca* (essas variações se devem aos diferentes modos de transliterar-se o alfabeto sânscrito, ou devanagari) (A autora, 2020).

<sup>71</sup> Citação de Marcos Rojo em Malagó (2006, p. 54).

expectativas. Ao encontrar contentamento no que se tem hoje não há o risco de entrar-se numa busca incessante por uma felicidade que nunca será alcançada, já que sempre haverá novos desejos (MALAGÓ, 2006, p. 54).

– *Tapas*<sup>72</sup>, de acordo com o mestre Desikachar (2018, p. 247), é a remoção de impurezas em nosso corpo e mente por meio da manutenção de hábitos corretos de sono, exercício, nutrição, trabalho e relaxamento. sendo compreendido dentro da própria prática dos *āsanas* e *pranayamas* como a “redução das impurezas mentais e físicas”. Conforme o mestre Satchidananda (2000, p. 79), o termo, vindo da raiz *tap*, significa “queimar ou criar calor”. De acordo com Malagó (2006, p. 54), seu significado deriva do processo de submissão do ouro bruto a um forte calor, pelo qual se remove as impurezas, sobrando apenas o ouro puro. Refere-se à autodisciplina, determinação, dedicação. Muitas vezes, *tapas* é confundido com a ideia de forçar uma postura (*āsana*), quando na verdade, deveria ser entendida como o esforço, em intensidade e persistência, para alcançar-se um determinado objetivo. Envolve um estado de presença que consiste em trazer consciência do corpo e dos limites. Na prática de *āsanas*, o significado de *tapas* esbarra no de *ahimsa* (não violência) (MALAGÓ, 2006, p. 54).

– *Svadyaya*, conforme o mestre Desikachar (2018, p. 247, 265), é o desenvolvimento da “nossa capacidade de examinarmos a nós mesmos”, o estudo e necessidade de rever e avaliar nosso progresso. Para o mestre Satchidananda (2000, p. 81), significa o estudo que esteja relacionado com o verdadeiro Eu. De acordo com Malagó (2006, p. 55), *svadyaya* é muitas vezes traduzido como “estudo dos livros sagrados”, mas, principalmente, “está associado à ideia de interiorização, autoconhecimento e busca por aquilo que realmente somos”, sendo que a prática dos *āsanas*, ou os relacionamentos, são formas de desenvolver *svadyaya*;

– *Īshvara pranidhana*<sup>73</sup>, de acordo com o mestre Desikachar (2018, p. 266), é a reverência a uma inteligência superior ou a aceitação de nossas limitações diante de Deus, Aquele que tudo sabe. Conforme o mestre Satchidananda (2000, p. 152), é o entregar-se ao Ser Supremo ou, em outras palavras, é dedicar os frutos das ações à Deus ou à humanidade. Para Malagó (2006, p. 55), pode ser visto com o ato de entrega, não necessariamente à Deus,

---

<sup>72</sup> Esta interpretação de *tapas*, pelo mestre Desikachar, distingue-se da anteriormente citada na página 59 e foi propositalmente apresentada como exemplo da ocorrência de variações na interpretação dos conceitos, conforme a tradição a qual pertence o mestre ou ao enfoque pretendido no ensinamento.

<sup>73</sup> Malagó (2006, p. 55), aponta que o conceito de *īshvara pranidhana* aproxima-se do conceito de fé exposto por Alexander Lowen: “A fé é uma qualidade do ser: de estar em contato consigo mesmo, com a vida e com o universo. É uma sensação de pertencer a uma comunidade, a um país e à Terra. Acima de tudo é a sensação de estar assentado no próprio corpo, na própria humanidade e na sua própria natureza animal. Ela pode estar em todas as coisas porque é uma manifestação da vida, uma expressão da força vital que une todos os seres”.

mas a algo maior que si próprio, significando o fazer o melhor que se possa, independente do resultado da ação.

3. *Āsanas* – a prática de exercícios físicos;
4. *Pranayamas* – a prática de exercícios respiratórios;
5. *Pratyahara* – a restrição dos sentidos;
6. *Dhāranā* – a habilidade de direcionar a mente;
7. *Dhyāna* – a habilidade de desenvolver interações com o que se busca compreender;
8. *Samadhi* – a integração completa com o objeto a ser compreendido.

#### 2.2.4.6 Síntese

Em suma, o yoga traz um ensinamento que visa a capacitar o ser humano para o conhecimento experiencial do Sujeito, o que envolve o discernimento entre o que é a sua realidade mutável, impermanente, e sua realidade imutável, eterna. De acordo com o yoga, a causa última do sofrimento humano é a ausência da compreensão direta da distinção entre estas duas realidades. A solução envolve estabelecer-se em *buddhi*, que é uma dimensão mental capaz de acessar esse conhecimento: o conhecimento da realidade experiencial do Sujeito (*purusha*). Para tanto, é necessário que a qualidade de *sattva* — da clareza e discernimento — esteja predominado sobre *rajas* e *tamas*.

– *purusha* é mais do que uma dimensão mental, é a “verdade última do Sujeito”, sua “realidade experiencial”;

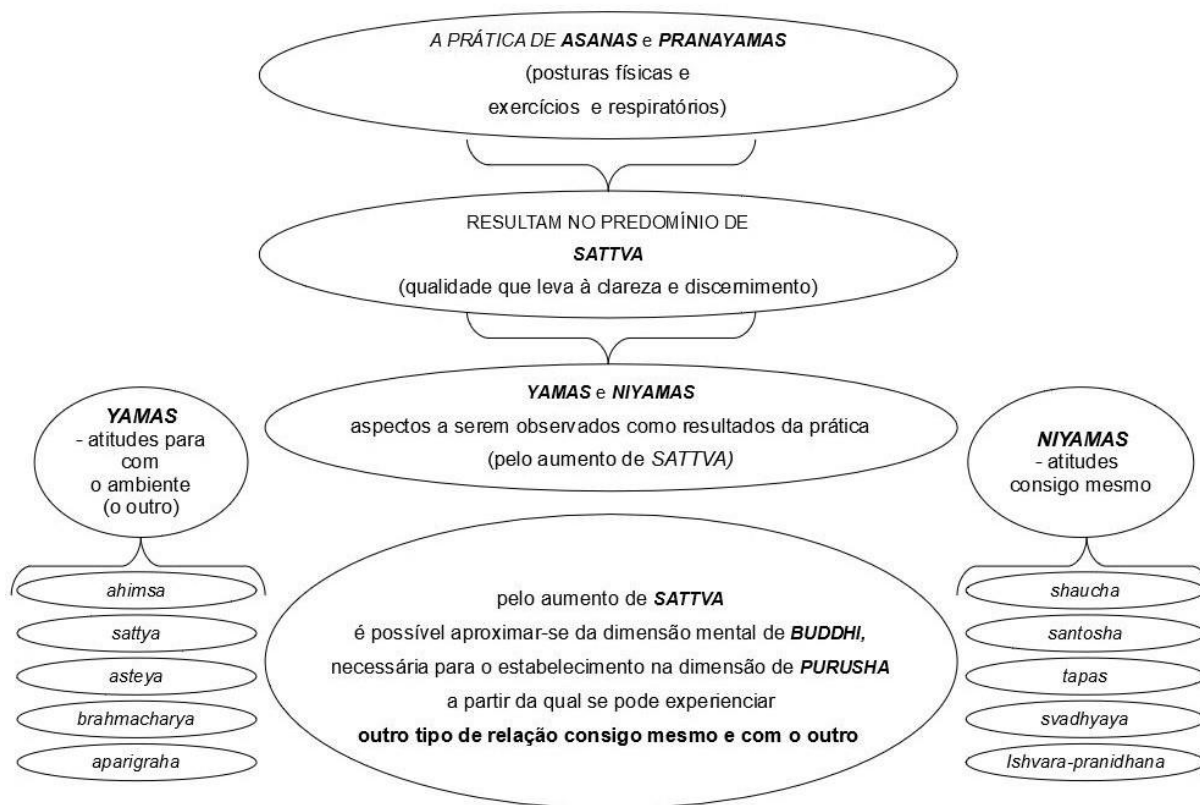
– *buddhī* é a dimensão mental de um intelecto mais sutil, que deve ser buscada no caminho desde *ahamkara* (dimensão do ego) até *purusha*;

– *sattva* é a qualidade da clareza e do discernimento, necessária para experimentar a dimensão mental de *buddhī*;

– *āsanas* e *pranayamas*, prática física de postura e respirações que promovem o predomínio de *sattva*;

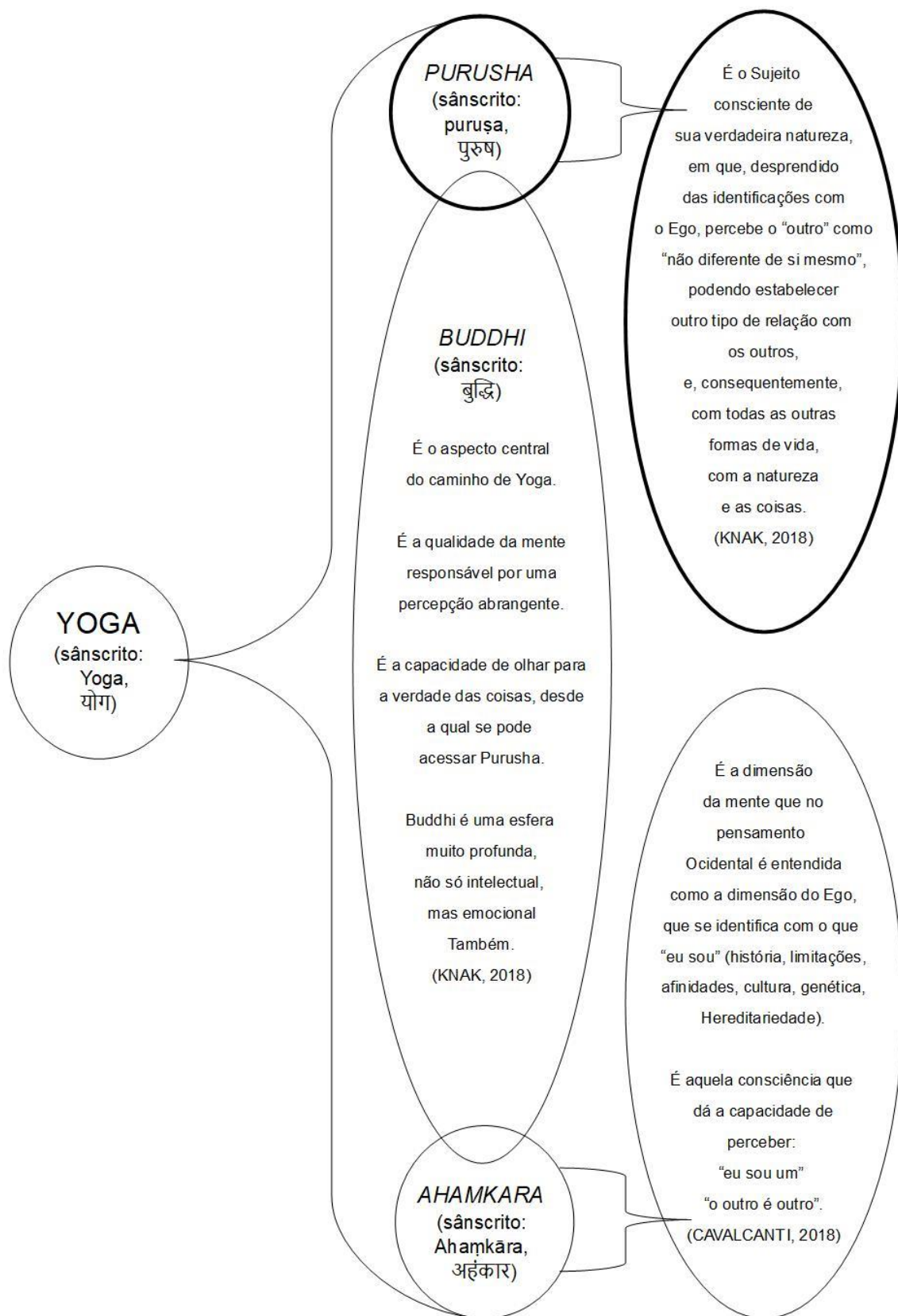
– os *yamas* e *niyamas* são os desdobramentos da prática de yoga que podem ser observados como mudanças de atitude em relação a si mesmo e ao outro.

Visto isso, uma questão central a ser compreendida relaciona-se ao aumento de *sattva*, que acontece pela prática física do yoga, devido ao trabalho com o corpo e a respiração (*āsanas* e *pranayamas*), conforme demonstrado no organograma a seguir:

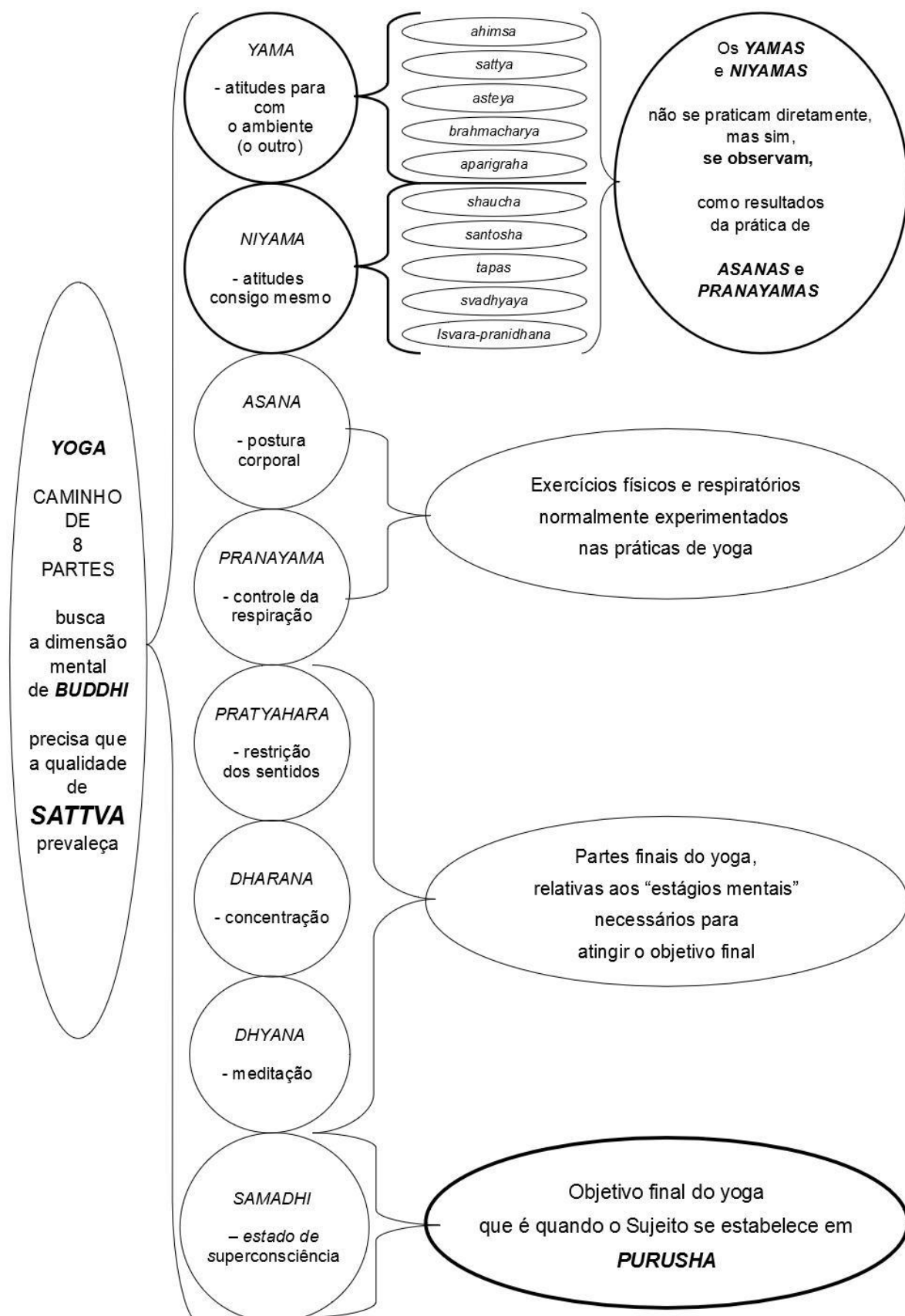


Organograma 10 – *Yamas* e *niyamas*  
Fonte: A autora (2020).

Seguem-se dois organogramas que recuperam o conteúdo apresentado, visando facilitar a compreensão do saber do yoga. O primeiro ilustra o objetivo do yoga, que diz respeito ao alcance da dimensão *purusha*. O segundo Organograma ilustra o yoga de oito partes.



Organograma 11 – A dimensão *purusha*  
Fonte: A autora (2020).



Organograma 12 – Yoga na prática: caminho de oito partes  
Fonte: A autora (2020).



### 3 DAS POLÍTICAS PÚBLICAS ÀS ESTRUTURAS URBANAS

Este capítulo, embora não faça parte da reflexão teórica que responde à pergunta de pesquisa, constitui-se em uma base de dados, majoritariamente de pesquisa documental, que tem como finalidade fornecer subsídios técnicos e objetivos para uma visão mais ampla do contexto em que se encontra a pesquisa, tanto no que diz respeito ao objeto quanto ao sujeito de pesquisa. Procura-se, com este conteúdo, contemplar dados referentes às estruturas sociais (leis e mecanismos de aplicação) e urbanas (espaços construídos para uso coletivo), sobre as quais se apoia a atividade pesquisada, abordando: as políticas públicas direcionadas aos idosos, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), os Centros de Atividades do Idoso (CATIs), as Ruas da Cidadania e os terminais de transporte coletivo da cidade de Curitiba.

#### 3.1 DIREITOS DO IDOSO

Com base no conteúdo apresentado na Plataforma Dhesca Brasil (2010, p. 9), desde a Declaração Universal dos Direitos Humanos de 1948, tem servido como uma referência jurídica para a elaboração e implementação de políticas públicas em todos os países do mundo, fazendo com que o assunto dos direitos humanos represente um processo de aprendizado histórico da humanidade. Exemplo disto é a Carta Mundial pelo Direito à Cidade<sup>74</sup>, produzida como um documento a partir do Fórum Social Mundial Policêntrico de 2006. Em seus princípios e fundamentos estratégicos, este documento contempla a proteção especial aos idosos ou pessoas da terceira idade, que, considerados como grupo de pessoas vulneráveis, devem ter seus direitos assegurados por “políticas de afirmação positiva” que visem:

[...] suprir os obstáculos de ordem política, econômica e social que limitam a liberdade, equidade e de igualdade dos cidadãos(ãs), e que impedem o pleno desenvolvimento da pessoa humana e a participação efetiva na organização política, econômica, cultural e social da cidade (PLATAFORMA DHESCA BRASIL, 2010, p. 33).

Visando ao cumprimento destes princípios, o Poder Público, em especial o Municipal, deveria assumir as competências necessárias, de modo a aplicar instrumentos de promoção de

---

<sup>74</sup> Segundo a Carta Mundial, “o Direito à Cidade é um direito coletivo de todas as pessoas que moram na cidade, a seu usufruto equitativo dentro dos princípios de sustentabilidade, democracia, equidade e justiça social” (PLATAFORMA DHESCA BRASIL, 2010, p. 12).

políticas públicas destinadas a tornar efetivos os direitos fundamentados na justiça social e na cidadania, na defesa da construção de uma ética urbana, a fim de viabilizar as transformações necessárias para que a cidade exerça a sua função social, em direção à construção de uma cidade inclusiva, compartilhada, digna, equitativa, justa, pacífica e solidária (PLATAFORMA DHESCA BRASIL, 2010, p. 13).

De acordo com o Portal do Ministério da Saúde (2014, não p.), o Brasil possui importantes marcos legais e normativos que orientam as ações no campo de envelhecimento e da saúde da pessoa idosa:

- a **Política Nacional do idoso (Lei nº. 8.842/1994)**, que “reafirma diretrizes previstas na Constituição Federal e cria o Conselho Nacional do Idoso”;
- O **Estatuto do Idoso<sup>75</sup> (Lei nº. 10.741, de 1/10/2003)**, que “reafirma o direito desta população, cabendo aos órgãos de saúde garantir atenção integral por meio do SUS”:

Art 3 – “É obrigação da família, da comunidade, da Sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária”.

– A **Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Portaria nº. 2.528 de 19/10/2006)**, que “tem como finalidade recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde para esse fim”.

– A **Comissão Intersetorial de Saúde da Pessoa Idosa do Conselho Nacional de Saúde**, que acompanha a implementação da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa e do Estatuto do Idoso.

– O **Compromisso Nacional para Envelhecimento Ativo (Decreto Presidencial nº. 8.114/2013)**, que consiste em uma parceria entre as políticas públicas para monitorar ações desenvolvidas visando à promoção do envelhecimento ativo e à garantia da articulação entre órgãos e entidades públicas.

– As **Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS**, lançadas em 2014, e que é uma proposta de modelo de atenção integral.

Conforme o Portal do Ministério da Saúde (2015, não p.), outras iniciativas são: a oferta de cursos de aperfeiçoamento para capacitação de profissionais de saúde e oficinas de

---

<sup>75</sup> A finalidade desta política, atualizada em 2006, é recuperar e fazer a manutenção e promoção da autonomia e da independência das pessoas idosas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014, não p.).

prevenção de quedas e fraturas; a Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa<sup>76</sup>; o Caderno de Atenção Básica Sobre o Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa<sup>77</sup>; os Protocolos Clínicos e Diretrizes Terapêuticas para Doença e Agravos<sup>78</sup>; o Programa Nacional de Imunização<sup>79</sup>.

### 3.2 AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS PREVISTAS NO SUS

Em 2006 o Ministério da Saúde aprovou, através da Portaria 971, de 03 de maio, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde e derivada da “perspectiva de inserção sociocultural”<sup>80</sup>, considerada como um dos quatro princípios básicos pela Política Nacional de Atenção Básica (PNAB), do Ministério da Saúde (SIEGEL; BARROS, 2016, p. 199).

A PNPIC foi aprovada considerando o histórico da Organização Mundial da Saúde (OMS) de incentivo ao uso da Medicina Tradicional/Medicina Complementar/Alternativa (MT/MCA) nos sistemas de saúde, de forma integrada às técnicas modernas da medicina ocidental que, em seu documento “Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005”, preconiza o desenvolvimento de políticas observando os requisitos de segurança, eficácia, qualidade, uso racional e acesso (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006a).

Com base nessa política pública, as Práticas Integrativas e Complementares de Saúde (PICS) foram institucionalizadas no Sistema Único de Saúde (SUS), visando atuar nos campos da prevenção de agravos e da promoção, manutenção e recuperação da saúde baseada em modelo de atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006b). De acordo com o Ministério da Saúde:

Tais sistemas e recursos envolvem abordagens que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006b).

---

<sup>76</sup> É um instrumento para qualificar o cuidado, o registro e o acompanhamento, pelo período de cinco anos, de informações sobre dados pessoais, sociais e familiares, das condições de saúde do idoso e seus hábitos de vida, identificando vulnerabilidades, além de ofertar orientações para o autocuidado, como a prevenção de quedas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, não p.).

<sup>77</sup> Oferece subsídios para facilitar a prática diária dos profissionais que atuam na Atenção Básica, principal porta de entrada para o SUS (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, não p.).

<sup>78</sup> Doenças que acometem prioritariamente esse segmento da população, como a Doença de Alzheimer, Parkinson e osteoporose (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, não p.).

<sup>79</sup> Consiste em um ponto de assistência de grande relevância (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, não p.).

<sup>80</sup> A PNAB, em seus princípios gerais, considera o sujeito segundo quatro princípios perspectivas: a singularidade, a complexidade, a integralidade e a inserção sociocultural (SIEGEL, BARROS, 2016, p. 199).

A adoção das PICS pelo SUS inseriu o Brasil na vanguarda das práticas integrativas em sistemas universais de saúde, sendo reconhecida internacionalmente, pela OMS e por diversos países, como uma experiência de referência, sendo este um dos principais motivos pelos quais essas práticas são incorporadas de forma integrada no cuidado à saúde no SUS, e não inseridas como uma estrutura alternativa ao sistema, como em alguns países (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

Conforme o glossário temático do Ministério da Saúde (2018, p. 97), as PICS, são:

Práticas de saúde, baseadas no modelo de atenção humanizada e centradas na integralidade do indivíduo, que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. No Sistema Único de Saúde (SUS), as PICS ampliam a oferta das opções terapêuticas para a atenção à saúde e contribuem para que os usuários reduzam o consumo de medicamentos, aumentem a autoestima e melhorem a qualidade de vida.

Inicialmente, a PNPIC previa somente as técnicas da Medicina Tradicional Chinesa-Acupuntura, Homeopatia o uso de Plantas Medicinais e Fitoterapia e Termalismo Social/Crenoterapia (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006). Em 2017, pelas portarias 145, de 11 de janeiro, e 849, ocorre um acréscimo de técnicas, incluindo na PNPIC: Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga<sup>81</sup>, totalizando 19 práticas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017).

Desde a implementação da Política Nacional, em 2006, diversos estados e municípios vêm incluindo e normatizando a oferta das PICS definidas nacionalmente, e de outras práticas integrativas, a partir de normatizações estaduais e municipais. Atores sociais, usuários, gestores, trabalhadores, pesquisadores e diversas instituições em todo o País, no campo dessa política, têm sido de grande importância e, como desdobramentos dessa organização, oficializaram uma rede nacional com ações voltadas para o fortalecimento e a legitimação dessas práticas de cuidado em saúde, trocas de experiências, consolidação das políticas locais e acompanhamento da PNPIC (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

---

<sup>81</sup> Conforme a definição do Glossário Temático do Ministério da Saúde, o yoga consiste de: “prática corporal e mental de origem oriental utilizada como técnica para controlar corpo e mente, associada à meditação”. Notas: i) O yoga é considerado, no Sistema Único de Saúde (SUS), prática integrativa e complementar. ii) Apresenta técnicas específicas, como hatha-yoga, mantra-yoga, laya-yoga, que se referem a tradições especializadas. iii) O yoga integra, a partir da publicação da Portaria Ministerial GM nº. 849, de 27 de março de 2017, o rol de novas práticas institucionalizadas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (p. 127).

A PNPIC, de acordo com os dados do Ministério da Saúde (2018), trouxe avanços para a saúde no País, por meio da normatização e da institucionalização das experiências com essas práticas na rede pública e como indutora de políticas, programas e legislação nas três instâncias de governo – fato que pode ser observado pelo aumento significativo de ações, programas e políticas nos estados e nos municípios brasileiros após sua aprovação.

Em 2017, 8.200 Unidades Básicas de Saúde (UBS) ofertaram algumas das PICS, o que corresponde a 19% desses estabelecimentos. Essa oferta está distribuída em 3.018 municípios, ou seja, 54% do total, estando presente em 100% das capitais por iniciativa das gestões locais. Em 2016, foram registrados ofertas em PICS em 2.203.661 atendimentos individuais e em 224.258 atividades coletivas, envolvendo mais de cinco milhões de pessoas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

### 3.3 OS CENTROS DE ATIVIDADES DO IDOSO (CATIs)

De acordo com o Portal de Prefeitura Municipal de Curitiba (2020, não p.), os Centros de Atividade para Idosos (CATIs) são espaços físicos específicos para pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, em situação de vulnerabilidade e risco social. Têm como foco contribuir para o processo de envelhecimento ativo e saudável, assegurando espaços de socialização e orientações acerca dos direitos sociais, promovendo a convivência e o fortalecimento de vínculos familiar e comunitário. O serviço dos CATIs está vinculado ao CRAS<sup>82</sup> de referência no território, sob a responsabilidade da Fundação de Ação Social. Curitiba tem atualmente cinco CATIs, pertencentes às seguintes regionais<sup>83</sup>:

- **CATI Água Verde** – Núcleo Regional Portão;
- **CATI Boa Vista** – Núcleo Regional Boa Vista;

---

<sup>82</sup> Os Centros de Referência de Assistência Social (CRAS) prestam serviços socioassistenciais para a população que se encontra em situação de vulnerabilidade social, causada pela pobreza, privação e/ou fragilização de vínculos afetivos, de relacionamento familiar ou comunitário, e de pertencimento social. Nos CRAS as pessoas têm suas necessidades e potencialidades identificadas, e são encaminhadas para a rede de serviços, formada por unidades de educação, saúde, trabalho, e outras. Recebem atenção especial as pessoas com deficiência e idosas, principalmente aquelas que recebem o Benefício de Prestação Continuada – BPC. Os serviços prestados incluem ações preventivas, de convivência e socialização, acolhida, sensibilização e mediações para o acesso ao mundo do trabalho, apoio e acompanhamento familiar. Todas as famílias são cadastradas no Cadastro Único de Programas Sociais (PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 2020b).

<sup>83</sup> Regional é a área de abrangência de cada território em que a cidade está dividida administrativamente. Curitiba possui dez Regionais, destinadas à operacionalização, integração e controle das atividades descentralizadas. São responsáveis por conectar as ações das Secretarias e Órgãos que compõem a gestão aos reais interesses da comunidade. A sua estrutura está implantada nas Ruas da Cidadania. Disponível em: <<https://www.curitiba.pr.gov.br/conteudo/o-que-sao-administracoes-regionais/80>>. Acesso em 11 jan. 2020.

- **CATI Boqueirão** – Núcleo Regional Boqueirão;
- **CATI Ouvidor Pardinho** – Núcleo Regional Matriz;
- **CATI Santa Felicidade** – Núcleo Regional Santa Felicidade.

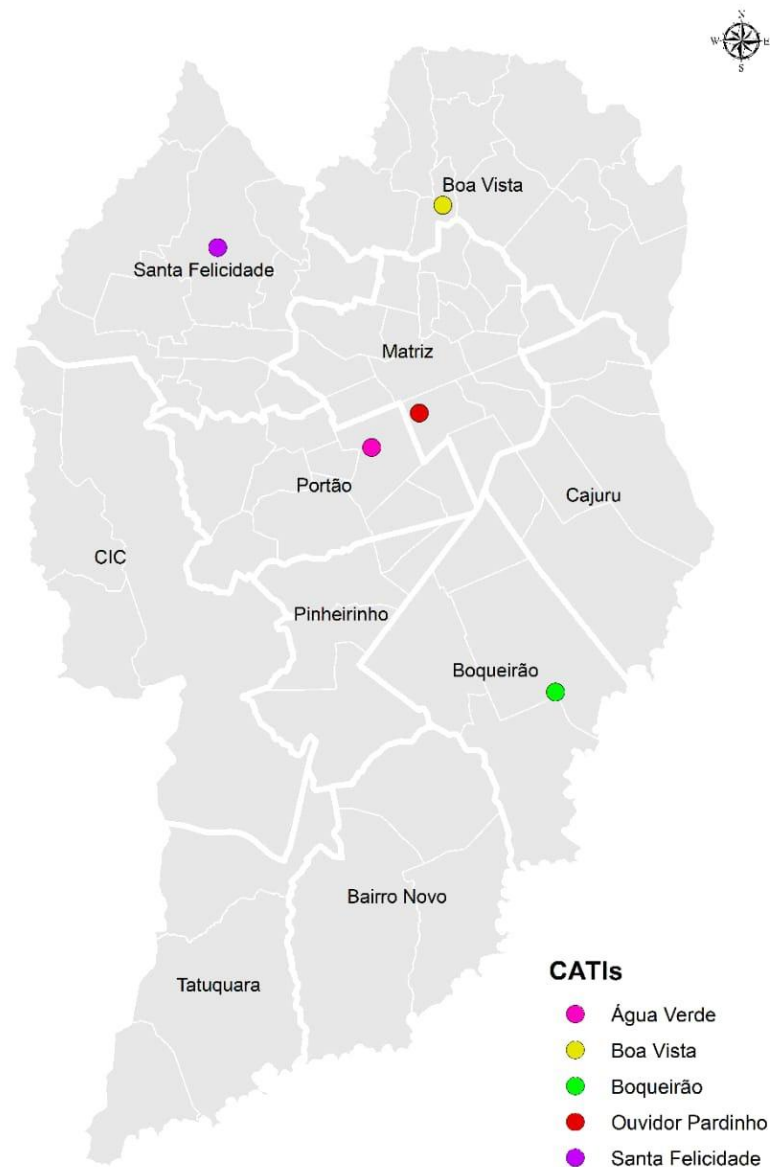


Figura 01 – Localização dos CATIs em Curitiba  
Fonte: A autora (2020).

A programação das atividades desenvolvidas nos CATIs é elaborada a partir do interesse dos próprios idosos e de disponibilidade do instrutor e/ou facilitador, sendo realizadas em grupos, com encontros semanais. Os serviços ofertados abrangem atividades manuais/artesanato e atividades artísticas e culturais, otimizando os materiais oferecidos pelos CRAS (PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 2020a).

Dos cinco CATIs em atividade no município, o de Santa Felicidade é o que reúne mais frequentadores. São 300 homens e mulheres a partir de 60 anos, inscritos nas modalidades yoga, canto e dança de salão, em turmas pela manhã e à tarde. Os demais CATIs contam com: Boa Vista (187 participantes), Boqueirão (77 participantes), Matriz (265 participantes), e Portão (145 participantes) (PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 2019).

Conforme apresentado em uma reportagem intitulada “Idosos trocam sossego de casa por aulas de ioga nas regionais” (PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 2019), os idosos estariam optando pelas atividades físicas ou culturais dos CATIs “ao invés de passar em casa os dias quentes de janeiro”. Nesta reportagem, alguns depoimentos de frequentadores do Centro de Atividades Para Idosos (CATI) Santa Felicidade, na Rua da Cidadania da região, revelam o grau de comprometimento dos alunos que, de acordo com o professor Claudinei Estácio: “os alunos não perdem as aulas de yoga”, e complementa: “além da oportunidade de interação social, a prática melhora a saúde e traz bem-estar”. Conforme Estácio, há quatro meses, duas vezes por semana, dá aulas para três turmas pela manhã e três turmas à tarde. Comenta: “dá para sentir o carinho entre eles e deles comigo. Aqui surgem novas amizades e, pela convivência, esse novo ciclo de vida ganha um novo sentido” (PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 2019).

Também, pela reportagem, aponta-se que os alunos compartilham as afirmações do professor que, conforme reforça a secretária escolar aposentada Bernadete Moreira, de 66 anos: “isso aqui alimenta muitas almas”. Bernadete conta que, há quatro anos, pouco depois da aposentadoria e dos dois filhos saírem de casa, buscou alternativas saudáveis para ocupar o tempo livre e levou junto o marido, o bancário, também aposentado, Celso Moreira, de 67 anos: “os filhos sabem da importância disso para nós e quando podem contar conosco, sem interferir nos nossos compromissos”. Além de fazer ioga, o casal canta junto nos corais do CRAS e do Núcleo da Fundação Cultural de Santa Felicidade. Conforme Amábil Amorim, de 81 anos, e uma das mais antigas praticantes de yoga do CATI Santa Felicidade: “eu preciso disso aqui porque sou muito elétrica. Também estou no coral e faço ginástica”, conta a servidora aposentada há mais de 30 anos, que recentemente passou por uma cirurgia cardíaca convencional (de peito aberto) (PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 2019).

### 3.4 AS RUAS DA CIDADANIA E OS TERMINAIS DE TRANSPORTE

Criadas na metade da década de 1990 pela Prefeitura Municipal de Curitiba, as Ruas da Cidadania tem por objetivo descentralizar órgãos públicos, facilitando o acesso da população a diversos serviços nas áreas de saúde, justiça, policiamento, educação, esporte,

habitação, meio ambiente, urbanismo, serviço social, abastecimento, entre outros. De acordo com URBS (2020b), funcionam como um “braço” da Prefeitura de Curitiba, visando incentivar o desenvolvimento de parcerias entre a comunidade e o poder público. Sediadas as Administrações Regionais que, por sua vez, coordenam a atuação de secretarias e outros órgãos municipais nos bairros, oferecendo à população serviços das esferas municipal, estadual e federal, e espaços destinados a pequenos estabelecimentos comerciais e lanchonetes. Dos serviços prestados, estão os Núcleos das diversas Secretarias Municipais, Urbanização de Curitiba S/A (URBS), FAS, Fundação Cultural de Curitiba (FCC) e outros órgãos integrantes da Administração Indireta<sup>84</sup> (SANEPAR, COPEL, DETRAN, CORREIOS) (URBS, 2020b).

A primeira a ser inaugurada foi a Rua da Cidadania do Carmo, no bairro Boqueirão, com área de 20 mil m<sup>2</sup>, em 29 de março de 1995<sup>85</sup>. Atualmente, totalizam dez unidades: Bairro Novo; Boa Vista; Carmo/Boqueirão; Cajuru; CIC; Matriz/Rui Barbosa; Pinheirinho; Fazendinha/Portão; Santa Felicidade; Tatuquara (URBS, 2020b).

Conforme a tabela abaixo, são quatro as unidades que funcionam em anexo aos terminais de transporte coletivo de Curitiba (Carmo/Boqueirão; Fazendinha/Portão; Pinheirinho; Santa Felicidade) e uma unidade localizada junto a um ponto de concentração de linhas (Matriz/Rui Barbosa):

LOCALIZAÇÃO DAS RUAS DA CIDADANIA		
EM ANEXO AOS TERMINAIS	EM ANEXO AOS PONTOS DE CONCENTRAÇÃO DE LINHAS	OUTROS LOCAIS
Carmo/Boqueirão	Matriz/Rui Barbosa	Bairro Novo
Fazendinha/Portão		Boa Vista
Pinheirinho		Cajuru
Santa Felicidade		CIC
Tatuquara (em obras)		

Tabela 1  
Fonte: Elaborado pela autora (2020).

As fotos a seguir, a título de ilustração, demonstram dois distintos casos: a Rua da Cidadania Matriz/Rui Barbosa, situada em anexo ao ponto de concentração de linhas da Praça

<sup>84</sup> Conjunto das entidades que prestam serviços públicos ou de interesse público. Sua existência se baseia no princípio de descentralização ou distribuição de competências e atividades. Disponível em: <<https://educacao.uol.com.br/disciplinas/cidadania/administracao-indireta-entidades-que-prestam-servicos-publicos.htm>>. Acesso em: 20 mar. 2020.

<sup>85</sup> Disponível em: <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Rua\\_da\\_Cidadania](https://pt.wikipedia.org/wiki/Rua_da_Cidadania)>. Acesso em: 20 mar. 2020.



Rui Barbosa, e a Rua da Cidadania Carmo/Boqueirão, situada em anexo ao terminal de mesmo nome.



Rua da Cidadania Matriz/Rui Barbosa



Rua da Cidadania Carmo/Boqueirão

Fonte: URBS (2020a).

As estruturas dos terminais fazem parte do sistema urbano de transporte coletivo, cujo projeto é considerado inovador e tomado como exemplo em outras cidades do mundo. De acordo com Lima e Fortunato (2017, p. 343), os terminais são considerados espaços privilegiados dos Eixos Estruturais, sendo elementos emblemáticos do Desenho Urbano da cidade de Curitiba. Atualmente Curitiba conta com:

– 23 terminais: Barreirinha; Boqueirão; Caiuá; Campo Comprido; Capão Raso; Centenário; Fazendinha; Hauer; Portão; Santa Felicidade; Sítio Cercado; Bairro Alto; Boa Vista; Cabral; Campina do Siqueira; Capão da Imbuia; Carmo; CIC; Guadalupe; Pinheirinho; Santa Cândida; Sites; Vila Oficinas (URBS, 2020d).

– 14 pontos de concentração de linhas: Av. Marechal Floriano Peixoto; Círculo Militar; Praça Carlos Gomes; Praça Rui Barbosa; Praça Tiradentes; Praça 19 de Dezembro; Rua Nestor de Castro; Centro Politécnico; Pontifícia Universidade Católica; Praça Osório; Praça Santos Andrade; Praça Zacarias; Rodoferroviária; Travessa Moreira Garcez (URBS, 2020d).

Dentre os usuários do sistema, os idosos, pessoas com deficiência e os estudantes consistem de uma percentagem de 16% dos 1.360.000 usuários diários. Pessoas com idade

igual a 65 anos ou mais têm direito à isenção tarifária<sup>86</sup>, sendo que são 190 mil cartões de transporte ativos e 97% da frota de ônibus adequada às exigências de acessibilidade.

De acordo com a URBS (2020c), na história do sistema de transporte urbano de Curitiba, a preocupação com o meio ambiente e a busca de soluções para reduzir os impactos ambientais sempre esteve presente, principalmente em ações que têm como objetivo reduzir a emissão de poluentes na camada atmosférica, minimizando os impactos sobre a qualidade do ar. Conforme informado no portal da URBS, há uma atuação direta sobre as empresas operadoras por meio de testes nos veículos da frota, tanto nas emissões de fumaça quanto em outros itens, entre eles, o estado de conservação dos motores, contemplando a eliminação de vazamentos de óleo e de eventuais ruídos excessivos.

No ano de 2009, coordenado pela URBS S/A, a cidade passou a utilizar, em parte de sua frota de ônibus, o B100 de origem 100% vegetal. Com seis veículos em operação, Curitiba tornou-se a primeira capital brasileira e da América Latina a utilizar em parte de sua frota o biodiesel B100. Mais tarde, em 2012, na Conferência Rio+20, a cidade apresentou o ônibus “híbrido”, movido à eletricidade e biodiesel B100. Atualmente, são 30 (trinta) veículos híbridos na frota do transporte coletivo da capital paranaense. Em 2018, esta frota de ônibus que opera com biodiesel B100 na cidade de Curitiba totalizava 34 veículos, sendo 26 biarticulados, seis articulados e dois híbridos (URBS, 2020c).

Embora essas ações sejam reconhecidas como inovadoras, os subsídios orçamentários às empresas responsáveis pela operação dos serviços de transporte têm sido objeto de questionamento, levando a uma iniciativa do poder legislativo de protocolar o projeto de lei 781/2019 (MANDATO GOURA, 2020), que reivindica a regulamentação dos critérios de concessão dos serviços pelo município. De acordo com os autores do projeto, esses critérios deveriam ter caráter técnico e isonômicos, e não atrelados ao contexto político, “ao mandatário do momento”, como tem sido, historicamente, em Curitiba. O projeto pretende que se cumpra a Constituição Federal, pela Lei nº. 12.587, que estabelece a Política Nacional de Mobilidade Urbana (PNMU), cujo objetivo é garantir o transporte público como direito social.

---

<sup>86</sup> Legislação referente às Isenções Art 26 Inciso IV do Dec. Municipal 210 de 23/04/91. Dec. Municipal 2244 de 20/12/17 (URBS, 2020).



Híbrido movido a biodiesel B100 e eletricidade  
Fonte: URBS (2020c)



Foto: Luiz Costa  
Fonte: MANDATO GOURA (2020)





Terminal do Cabral  
Fonte: A autora (2019).



Ponto de concentração de linhas da Praça Tiradentes  
Fonte: A autora (2019).

Embora seja amplamente reconhecido que a cidade de Curitiba apresenta indicativos socioambientais positivos — como resultado da eficácia do planejamento urbano, voltado às questões ambientais e de qualidade de vida — isto não a isenta de apresentar, também, como a maioria das metrópoles, muitos problemas de ordem socioambiental. De acordo com Mendonça (2002, p. 180), o título que lhe foi atribuído, de “Capital Ecológica”, de “Cidade Modelo”, “Capital Brasileira de Primeiro Mundo”, foi fruto de um “acirrado processo de city marketing promovido pela administração municipal”, que ocorreu na década de 1990.

## 4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Reconhecendo que hoje o conhecimento é considerado mais como um processo do que um resultado, adota-se a visão da epistemologia que, diferentemente da visão tradicional, toma por objeto uma ciência “em via de se fazer” (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 3).

Tendo em vista que, se um tema de pesquisa deve ser importante, original e viável, o presente trabalho pretende atender a tais requisitos na medida em que, enfrentando um problema tal como a crise socioambiental que hoje se apresenta, busca trazer novidades na tentativa de apresentar novas possibilidades de entendimento para a problemática apontada, dentro de uma situação em que se faz possível evidenciar achados de investigação, dentro das condições de prazo, custos e potencialidade da pesquisadora (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 5).

Partindo da compreensão de que pesquisar não é apenas procurar uma verdade, mas sim, encontrar respostas para as questões propostas utilizando-se de métodos científicos, mesmo que, muitas vezes, estes métodos empregados se apresentem pouco definidos ou, ao mesmo tempo, mesclados, buscou-se com este trabalho construir um “todo relacionado”, formando uma “unidade específica” (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 37).

Reconhecendo que, na definição de conhecimento científico, “o senso comum representa a pedra fundamental do conhecimento humano” (TARTUCE, 2006, p. 8 apud UFRGS, 2009, P. 23), justifica-se, na tentativa de validação desta pesquisa, o fato da elaboração deste conteúdo ter partido de *insights* da pesquisadora, que, desde as primeiras investidas de aproximação do fazer científico, tem conduzido a investigação de forma a buscar “alcançar as respostas para as suas perguntas, [...] a desenvolver seu objeto, explicá-lo e compreendê-lo” (MINAYO; MINAYO-GÓMEZ, 2003, p. 118, apud UFRGS, 2009, p. 23).

Em relação à ética<sup>87</sup>, de acordo com Goldim (2001, não p.), é fundamental apontar alguns elementos aqui considerados: a garantia de que não haverá discriminação na seleção dos indivíduos nem exposição destes a riscos desnecessários; a adequada avaliação da relação risco-benefício; a obtenção do consentimento informado; a garantia da preservação da privacidade e do anonimato dos indivíduos pesquisados; a preservação dos dados e a confidencialidade.

---

<sup>87</sup> De acordo com o Novo Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa, ética é o “estudo dos juízos de apreciação referentes à conduta humana susceptível de qualificação do ponto de vista do bem o do mal” (UFRGS, 2009, p. 92).

Considerando, de acordo com Silva (2011, p. 8), aquilo que é comum a todas as ciências, que “somente o percurso metódico do conteúdo que elas (as ciências) nos oferecem pode proporcionar algum conhecimento”, mesmo que, conforme o autor, sob o risco de que “a construção do objeto pode nos afastar daquilo que queríamos conhecer, na medida em que os procedimentos de objetivação nos alienam de nós mesmos, submetendo-nos a padrões epistemológicos e metodológicos necessariamente exteriores”, aposta-se, nesta pesquisa, no saber científico que se caracteriza como “uma forma de conhecimento objetivo, racional, sistemático, geral, verificável e falível” (UFRGS, 2009, p. 22). Para tanto, foram utilizados os seguintes procedimentos:

## 4.1 TIPO DE PESQUISA

### 4.1.1 Quanto ao método

#### 4.1.1.1 Hipotético-dedutivo

Embora se conclua que os métodos científicos não são exclusividade das ciências, ao mesmo tempo em que se afirma que “não há ciência sem o emprego de métodos científicos” (MARCONI; LAKATOS, 2003, p. 83), a presente pesquisa consiste em um conjunto de atividades sistemáticas e racionais, que visam atingir o objetivo proposto, pelo método hipotético-dedutivo, que, conforme apontam as autoras, segundo Karl R. Popper, parte de um problema ao qual se oferece uma solução sujeita à posterior crítica, dando surgimento a novos problemas.

Toda observação, de acordo com Popper (1977, p. 58 apud MARCONI; LAKATOS, 2003, p. 97), é uma atividade com um objetivo: “encontrar ou verificar alguma regularidade que foi pelo menos vagamente vislumbrada”, feita a partir de alguma coisa anterior, de uma hipótese, enfim, de algo teórico. A atividade, nesta pesquisa, é precedida de um problema e por ele norteada. Considerando-se que não há experiência passiva, e que toda percepção ocorre dentro do contexto de interesses e expectativas, supõe-se, tal qual indicado pelos autores, que “a conjectura<sup>88</sup> ou hipótese<sup>89</sup> precedeu a observação ou a percepção”, o que fez

---

<sup>88</sup> Conjectura é uma solução proposta em forma de proposição passível de teste (MARCONI; LAKATOS, 2003, p. 98).

<sup>89</sup> Hipótese pode ser definida como um enunciado geral de relações entre variáveis (fatos e fenômenos), constituindo-se uma suposta, provável e provisória resposta a um problema (MARCONI; LAKATOS, 2003, p. 126).

com que todo aprendizado fosse uma modificação de um conhecimento anterior (POPPER, 1977, p. 58 apud MARCONI; LAKATOS, 2003, p. 97).

O método hipotético-dedutivo nesta pesquisa se deu, conforme indicado por Bunge (1974a, p. 70-2, apud MARCONI; LAKATOS, 2003, p. 99), pelas etapas do reconhecimento do problema (fatos, descoberta e formulação); pela construção de um modelo teórico (seleção dos fatores pertinentes e invenção das premissas), apresentado nos resultados finais pelos organogramas que demonstram as relações entre o yoga e o conhecimento do campo ambiental.

#### 4.1.2 Quanto à natureza

##### 4.1.2.1 Básica e aplicada

A pesquisa é de natureza básica porque visa gerar conhecimentos novos, úteis ao avanço da ciência, posto que, ao considerar o saber do yoga em relação ao conhecimento científico, abrange interesses universais. Ao mesmo tempo, é aplicada porque trata de uma realidade (a prática de yoga para idosos), objetiva gerar conhecimentos que podem ser dirigidos a solucionar problemas específicos (UFRGS, 2009, p. 34, 35), como neste caso, da relação de outridade com o yoga.

#### 4.1.3 Quanto ao caráter

##### 4.1.3.1 Exploratória

No “aprimoramento de ideias e descoberta de intuições” (GIL, 2002, p. 41), a presente pesquisa, de objetivo exploratório, visa proporcionar a aproximação do debate acadêmico relativo à crise socioambiental com foco em marcos históricos e conceituais, culminando na questão do idoso e do envelhecimento populacional. A pesquisa exploratória mostrou-se adequada, já que este tipo, conforme indica Gil (2002, p. 41), apresenta a flexibilidade necessária para a abrangência das variantes relativas ao fenômeno estudado.

#### 4.1.4 Quanto à estratégia ou técnica

##### 4.1.4.1 Bibliográfica

Considerando os diferentes estatutos epistemológicos da pesquisa bibliográfica realizada, majoritariamente, através de consulta de publicações (livros e artigos) do campo do conhecimento ambiental, esta pesquisa de natureza interdisciplinar buscou “a construção de uma plataforma teórica do estudo” (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 52). Somou-se a isso o aprofundamento específico nos principais textos do yoga (Bhagavad Gita e Sutas de Patanjali), que são, necessariamente, estudados com o auxílio de um professor, o que ocorreu dentro de cursos presenciais específicos, com base na escuta, gravação em áudio das aulas e anotações.

Ainda dentro da estratégia de pesquisa bibliográfica (ou de fonte secundária), conforme considerado por Marconi e Lakatos (2003, p. 181), para a construção do tema e problemática, contou-se com a utilização de outros meios de comunicação orais, divulgados em alguns canais específicos de interesse da pesquisadora, disponibilizados na internet, de acesso pela plataforma de compartilhamento *YouTube*.

#### 4.1.4.2 Documental

Como parte da visão do problema, a pesquisa documental de coletas de dados de fontes primárias, disponibilizados nos portais públicos, com acesso via internet, constitui parte complementar do trabalho, na medida em que situa o objeto e o sujeito de pesquisa dentro no contexto atual das políticas públicas, mesmo que, conforme aponta Gil (2002, p. 46), este procedimento não pretenda servir como base para a resposta à pergunta de pesquisa.

#### 4.1.4.3 Estudo de campo

Modelo de investigação originário do campo da Antropologia, o estudo de campo foi adotado como a técnica adequada, pois, de acordo com Gil (2002, p. 53), constitui-se de uma estratégia que visa a um aprofundamento em uma questão específica. Esta técnica (ou procedimento), conforme apontado pelo autor, além de não requerer equipamentos especiais para a coleta de dados, apresentou maior probabilidade de atingir resultados fidedignos, em decorrência de que seu desenvolvimento se deu no próprio local (sujeito) e, devido à possibilidade de maior participação da pesquisadora, permitiu maiores chances de que os indivíduos oferecessem respostas confiáveis. Foram realizados registros dos depoimentos em



gravações de áudios e anotações no caderno de pesquisa, com as devidas permissões dos envolvidos, observando-se os devidos procedimentos éticos recomendados.

O recorte da pesquisa se deu pelo estudo de campo, realizado em quatro CATIs:

- CATI Santa Felicidade”, (Regional Santa Felicidade);
- CATI Água Verde, (Regional Portão);
- CATI Boa Vista, (Regional Boa Vista);
- CATI Praça Ouvidor Pardinho, (Regional Matriz/Rui Barbosa).

Entre estes quatro, somente o “CATI Santa Felicidade” está localizado dentro de uma Rua da Cidadania, que, por sua vez, localiza-se junto ao terminal de transporte.

Por limitações de prazo e pela impossibilidade de obtenção de autorização, não foi possível a visita ao CATI Carmo/Boqueirão, localizado na Regional Boqueirão, na Rua da Cidadania anexa ao terminal do Boqueirão.

As visitas ocorreram na última semana de dezembro de 2019, o que coincidiu com as atividades de encerramento do ano, tornando possível a interação com dois grupos de idosos de aproximadamente quinze alunos, de idade entre 65 e 96 anos. O contato se deu por um curto período, com visitas de aproximadamente duas horas a cada uma das quatro unidades pesquisadas do CATI.

É importante ressaltar que a identificação dos conceitos de *yamas* e *niyamas* não partiu de uma intenção prévia ao estudo de campo, mas sim, resultou da postura da pesquisadora que colocou-se à disposição para a escuta dos relatos, portando, no máximo, uma caderneta de anotações, que, mesmo que utilizada, não se sobrepôs ao “olhar nos olhos” de cada voluntário que contribuía com seu depoimento.

Faz-se importante ressaltar que a pesquisa:

- Deu-se a partir do contato com o ambiente no qual o fenômeno pesquisado está inserido;
- Buscou não comprovar evidências formuladas a priori, mas sim, pela análise dos dados à medida que foram sendo coletados, na tentativa de capturar as perspectivas dos participantes, tanto dos idosos quanto dos funcionários e professores de yoga;
- Procurou compreender e interpretar os dados oriundos das citações diretas de pessoas sobre suas experiências;

- Observou as interações entre os indivíduos e dentro do grupo de participantes da atividade de yoga;
- Considerou que a observação de pequenos detalhes, a partir de reações e relatos, constituiu um fator crucial para o entendimento da realidade;

Após certo período de amadurecimento quanto às informações coletadas pelos depoimentos do estudo de campo, iniciou-se um processo de interpretação e de retorno ao conteúdo teórico, o que levou a identificar, alguns na realidade observada que, por sua vez, viriam a atender aos objetivos da pesquisa.

#### 4.1.5 Quanto às técnicas de coleta de informações, dados e evidências

##### 4.1.5.1 Observação

Dentro de uma tendência de utilizar mais a técnica da observação do que a da interrogação e baseada no método da antropologia, a observação utilizou-se de uma inspiração etnográfica, cuja principal técnica é a observação participante que, com base no que aponta Martins e Theóphilo (2018, p. 87), tornou-se possível visto que a pesquisadora constituiu-se parte integrante da estrutura social formada pelos sujeitos da pesquisa, diante da situação de estudo de campo. Sendo que a etnografia é um tipo de pesquisa no qual o corpo do pesquisador é o principal instrumento da produção do conhecimento, pode-se dizer que, pela relação face a face, a pesquisadora esteve presente em momentos significativos da atividade quando, no momento das confraternizações, assumiu funções que foram “além de uma observação passiva” (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 87) pois, ao participar das atividades em que cada participante expressava seus sentimentos conforme os direcionamentos propostos pela professora de yoga, a pesquisadora colocou-se em posição simétrica ao grupo de idosos, como, também, praticante de yoga, como de fato é. Essa estratégia próxima da observação participante pôde ser adotada, conforme, também, indicam os autores, devido às condições de desprendimento e disponibilidade de envolvimento pessoal por parte da pesquisadora e, também, devido à aceitação e confiança por parte dos membros do grupo pesquisado.

##### 4.1.5.2 Entrevista informal e não estruturada

Foi utilizada esta técnica alternativa de coleta de dados não documentados (também chamada de entrevista não diretiva) que, conforme indicado no conteúdo de UFRGS (2009, p. 72), é a mais indicada dentro de uma pesquisa de caráter exploratório. Pela interação social, num diálogo assimétrico, os entrevistados, tanto individualmente quanto em grupo, responderam a algumas perguntas específicas e foram solicitados a falar livremente sobre o tema proposto (as aulas de yoga). Em grupo, os entrevistados responderam simultaneamente às questões, sendo que os dados coletados, tanto nas entrevistas individuais quanto em grupo, foram posteriormente organizados e avaliados. As respostas foram anotadas durante a realização das entrevistas e registradas por gravador de áudio.

As entrevistas se deram por meio de alguns informantes-chave (IFC-1; IFC-2; IFC-3) e dois grupos (G-1 e G-2) formados de, aproximadamente, quinze idosos participantes da prática de yoga.

A principal entrevista foi coletada com a IFC-1 que colocou-se à inteira disposição para o fornecimento das informações pertinentes, dentro de seu âmbito de atuação. Isto só foi possível pelo fato dos dados obtidos não envolverem nenhuma exposição pessoal e nem colocarem em risco a privacidade dos envolvidos. A IFC-1 constitui-se em uma importante fonte de informações que, como funcionária da prefeitura, acompanha há três anos as atividades do CATI Santa Felicidade (não só do yoga, mas de todas as demais atividades), sendo responsável pelas matrículas e por todo o suporte e acompanhamento junto aos professores e alunos participantes.

A IFC-2 é, também, funcionária da prefeitura, responsável pelas atividades do CATI Água Verde.

A IFC-3 é a professora de yoga que ministra as aulas nos três CATIs (Água Verde, Boa Vista e Ouvidor Pardinho), sendo que não só esteve presente durante as três idas a campo, mas foi a principal responsável por possibilitar o acesso aos grupos de idosos.

Os grupos (G-1 e G-2) foram de, respectivamente, participantes da prática de yoga nos CATIs Água Verde e Boa Vista.

A tabela a seguir demonstra a posição ocupada pelos entrevistados:

CATI	INFORMANTE-CHAVE			GRUPO	
	IFC-1	IFC-2	IFC-3	G-1	G-2
Santa Felicidade	X				
Água Verde		X	X	X	

Boa Vista			X		X
Ouvidor Pardinho			X		

Tabela 2  
Fonte: A autora (2020).

As entrevistas com os informantes-chave e com os grupos de idosos foram coletadas a partir de uma breve apresentação da pesquisadora somado a uma breve explanação quanto ao objetivo da visita.

A partir daí, os entrevistados ficaram à vontade para dar seus depoimentos.

Optou-se por apresentar as entrevistas pela exposição de alguns trechos das falas dos entrevistados, considerando tal procedimento relevante para uma leitura mais ampla e geral da realidade pesquisada.

Embora as análises e interpretações tenham se apoiado, em parte, nas falas de informantes-chave e não diretamente nos depoimentos dos idosos praticantes do yoga, isto não foi considerado, pela pesquisadora, como um fator limitante na obtenção dos resultados de pesquisa, principalmente, pelo fato de que, estas informações, condizem com aquelas coletadas pela fala dos idosos.

#### 4.1.6 Quanto à técnica de abordagem

##### 4.1.6.1 Qualitativa

A pesquisa qualitativa (também conhecida como pesquisa naturalística) justifica-se, de acordo com Martins e Théophilo (2018, p. 141), pelo fato de que este tipo de pesquisa se dá a partir do contato com o ambiente no qual o fenômeno pesquisado está inserido, em que se buscou não comprovar evidências formuladas a priori, mas sim, pela análise dos dados à medida que foram sendo coletados, na tentativa de capturar as perspectivas dos participantes, tanto dos idosos quanto dos funcionários e professores de yoga. A preocupação central foi de compreender e interpretar os dados oriundos de “citações diretas de pessoas sobre suas experiências” (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 141) e das interações entre os indivíduos e dentro do grupo de participantes da atividade de yoga. De acordo com os autores, neste tipo de abordagem, a observação de pequenos detalhes a partir de reações e relatos constitui um fator crucial para o entendimento da realidade.

A abordagem qualitativa foi adotada pela captura do fenômeno e pela observação aliada à interação, desejando identificar elementos relativos a estados psicológicos explicitados pelos idosos nos depoimentos (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 142).

A análise dos dados qualitativos, conforme indicado por Martins e Theóphilo (2018, p. 142, 143), deu-se pela quebra da massa de dados coletados em grupos menores, sendo em seguida reagrupados em categorias que apresentaram relações entre si, ressaltando padrões, temas e conceitos, de forma a possibilitar a tomada de decisões e alcance das conclusões, construindo um delineamento sob a forma de narrativas e esquemas gráficos que recuperam o conteúdo teórico.

A validação desta pesquisa qualitativa pode ser observada por meio do exame entre os elementos apontados no arcabouço teórico e os achados da investigação da pesquisa de campo (MARTINS; THEÓPHILO, 2018, p. 143).

## 4.2 OUTRAS ESTRATÉGIAS DE INVESTIGAÇÃO

No delineamento e construção da problemática de pesquisa e nas experimentações de visualização dos entrelaçamentos entre as reflexões oriundas dos saberes do yoga e do conhecimento acadêmico-científico do campo ambiental, foi utilizada uma técnica que se assemelha àquela que ficou conhecida como *David Bowie's brainstorming method*<sup>90</sup> (método David Bowie de tempestade de ideias), frequentemente utilizada pelo artista durante o período do desenvolvimento de sua arte, com o objetivo de aumentar sua capacidade criativa e produtiva. Bowie utilizava o que foi chamado de *cut-up technique*, que consistia em recorte de material impresso e arranjo dos pedaços, criando algo novo. O artista gravava áudios de sua própria fala, pelo fluir de seu pensamento, sendo mais tarde transcritas, impressas, cortadas e rearranjadas. Bowie acreditava que estas técnicas criavam novas conexões sinápticas e que havia um “tremendo poder” em falar em voz alta, para si mesmo:

---

<sup>90</sup> Esse método surgiu no Dadaísmo e foi adaptado pela Geração Beat, pelos seus principais expoentes Brion Gysin e William S. Burroughs, na criação de literatura e arte. Disponível em: <[https://www.businessinsider.com/use-david-bowies-brainstorming-method-to-be-creative-at-work-2020-2?fbclid=IwAR33zcEMZvGH4LJfwY7I5LTHV7X-VIHMmqSyw37xXAeqyj82\\_OG-YoVEDyc#3-rearrange-the-pieces-to-make-new-connections-3](https://www.businessinsider.com/use-david-bowies-brainstorming-method-to-be-creative-at-work-2020-2?fbclid=IwAR33zcEMZvGH4LJfwY7I5LTHV7X-VIHMmqSyw37xXAeqyj82_OG-YoVEDyc#3-rearrange-the-pieces-to-make-new-connections-3)>. Acesso em: 28 mar. 2020. O termo *brainstorming* (tempestade cerebral ou tempestade de ideias) foi utilizado como método nos Estados Unidos, pelo publicitário Alex Osborn, para testar e explorar a capacidade criativa de indivíduos ou grupos, principalmente nas áreas de relações humanas, dinâmicas de grupo e publicidade e propaganda. Disponível em: <<https://www.significados.com.br/brainstorming/>>. Acesso em: 28 mar. 2020.

Os pensamentos fluirão, ideias irão se desenvolver e conexões mentais vão emergir quando você usa sua voz para expressar o que está em sua mente. Escrever notas complementares pode ajudar a produzir pensamento, mas falar é a chave – você sempre diz mais coisas falando em voz alta para você mesmo do que poderia captar no papel. Ouvir o *brainstorm* para transcrevê-lo é também importante, como uma referência futura. Sente-se em um lugar confortável e privativo onde você não será interrompido e deixe as palavras fluírem.<sup>91</sup>

De forma muito semelhante à técnica de Bowie, na presente pesquisa utilizou-se a gravação de falas da própria pesquisadora, a partir de *insights* e reflexões, sendo posteriormente ouvidas e transcritas. Desenhos à mão, organizados em esquemas textuais e gráficos com canetas e *post-it* em cores, aplicados sobre cartolinas, permitiram grande flexibilidade na construção e modificação das linhas de reflexão, bem como uma melhor visualização das sínteses e inter-relações entre os conceitos. Falas gravadas no celular em conversas com colegas pesquisadores também foram utilizadas na aproximação da problemática e organização do conteúdo, assim como fotografias digitais de trechos de livros contribuíram para a construção do todo da pesquisa.

#### 4.3 LIMITAÇÕES DE PESQUISA

##### 4.3.1 Quanto à pesquisa documental

Pelo fato da pesquisa ter sofrido um recente e significativo redirecionamento no seu tema, recorte, objeto e sujeito, tornou-se impossível sua submissão aos Sistemas de Comitês de Ética em Pesquisa, o que levou alguns informantes-chave, que eram, inicialmente, considerados fontes importantes de dados, a declarar-se não autorizados a dar entrevistas. Os mesmos orientaram que a pesquisadora recorresse ao Portal da Prefeitura Municipal de Curitiba, pela Lei de Acesso à Informação (Lei Federal número 12.527/2011) que no âmbito do Município de Curitiba, através do Decreto 1.135/2012, garante ao cidadão o direito constitucional de acesso às informações públicas. A solicitação de alguns dados quantitativos foi enviada em 16 de dezembro de 2019, através do Cadastro de Requerimento de Solicitação de Informação, que, conforme a consulta do protocolo, encontra-se até a data de hoje (29 de março de 2020), em análise pela Fundação de Ação Social (FAS). Contudo, considera-se que estes dados não são determinantes para o alcance dos objetivos da pesquisa.

---

<sup>91</sup> BUSINESS INSIDER, 2020. **How to use David Bowie's brainstorming method to be more creative at work.** Publicado em: 24 fev. 2020. Disponível em: <[https://www.businessinsider.com/use-david-bowies-brainstorming-method-to-be-creative-at-work-2020-2?fbclid=IwAR33zcEMZvGH4LJfwY7I5LTHV7X-VIHMmqSyw37XXAeqyj82\\_OG-YoVEDyc#3-rearrange-the-pieces-to-make-new-connections-3](https://www.businessinsider.com/use-david-bowies-brainstorming-method-to-be-creative-at-work-2020-2?fbclid=IwAR33zcEMZvGH4LJfwY7I5LTHV7X-VIHMmqSyw37XXAeqyj82_OG-YoVEDyc#3-rearrange-the-pieces-to-make-new-connections-3)>. Acesso em: 28 mar. 2020.

#### 4.3.2 Quanto ao prazo e conteúdo teórico

Principalmente pelo curto prazo de uma pesquisa de dissertação de mestrado, somado às características da pesquisa, desde o tema, a forma como a problemática foi construída até os seus desdobramentos, tornou-se difícil encontrar, em outros trabalhos científicos, relações que apresentassem uma possibilidade de diálogo com o objetivo pretendido.

Neste contexto, optou-se por não estender o conteúdo teórico à abordagem de elementos como: origem do yoga, períodos históricos, chegada do yoga no ocidente e no Brasil, pesquisas relacionadas à yogaterapia, estilos de yoga, resultados do yoga na saúde dos praticantes. Considerou-se que este vasto volume de informações não trariam contribuições imediatas à investigação proposta.

Também, pelas limitações de prazo, não foi possível contemplar outras discussões como as mobilizadas por Fritjof Capra, Ervin Laszlo e Mircea Eliade, que constituem-se de reflexões que buscam, também, trazer saberes orientais dentro de um contexto de diálogo com o campo do conhecimento científico.

#### 4.3.3 Quanto à reflexão

Conforme já citado nesta dissertação, optou-se por abordar as discussões relativas à outridade de Emmanuel Levinas, pelo que é apresentado no contexto de um pensamento ecológico, articulado por Leff (2006) e Silva (2012), e não diretamente pelos textos de Levinas, devido, principalmente, às limitações quanto ao alcance de uma reflexão específica do campo filosófico, mesmo que dentro de uma pesquisa de natureza interdisciplinar.

## 5 RESULTADOS DO ESTUDO DE CAMPO

Este capítulo apresenta o conteúdo extraído das entrevistas com IFC-1, IFC-2 e os grupos de idosos G-1 e G-2 (conforme identificados no capítulo da metodologia). A presente, também, as análises e interpretações dos dados coletados.

### 5.1 DADOS DE ENTREVISTAS

– Conforme o depoimento de IFC-2, o que antes se chamava Centro de Referência de Atenção e Promoção do Idoso, que funcionava desde 1998, mudou, em 2004/2005, para CATI Água Verde. Hoje conta com as atividades de dança de salão, dança circular, seresta, pintura em tela, artesanato e yoga. Totaliza 157 alunos, sendo 70 no yoga em três turmas duas vezes por semana às segundas e sextas pela manhã e três turmas uma vez por semana, às quintas de manhã. Cada turma conta com, em média 12 alunos de 60 a 94 anos. A aluna mais antiga é a Violeta (nome fictício), de 94 anos, que vai a pé, mora sozinha, e é frequentadora do CATI há 12 anos (e que mais tarde, na coleta dos depoimentos em grupo, revelou que, com o yoga, aprendeu a respirar melhor);

– De acordo com IFC-1, o CATI é um serviço que a prefeitura de Curitiba oferece, com um subsídio do governo federal para os custos com o material e pagamentos dos professores. Os participantes fazem o cadastro único (CAD<sup>92</sup>), que funciona como uma justificativa para o emprego do recurso; de yoga são 12 turmas, com uma média de 15 alunos por turma, o que dá aproximadamente 180 alunos; há uma lista de interesse (lista de espera) que vai sendo revista de mês a mês; se o aluno tem faltado, faz-se um contato para saber o que está acontecendo, se está tudo bem, pergunta-se se o aluno não virá mais. Então o aluno comunica se esteve doente, se esqueceu de avisar, se voltará ou não às atividades. “Há esse controle o tempo todo”, diz. É feito esse monitoramento quanto à frequência do grupo, dos professores; o professor é o mesmo para todas as turmas;

– IFC-1 conta que o professor faz um planejamento de aula, e que trabalha com o lúdico: “vou trabalhar as posturas dos animais” (do tigre, da cobra, do camelo, do elefante), ou “hoje vamos dar uma volta por Curitiba! Então, estamos no ônibus e vimos a árvore”, e

---

<sup>92</sup> O Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal é um instrumento que identifica e caracteriza as famílias de baixa renda, permitindo que o governo conheça melhor a realidade socioeconômica dessa população. Nele são registradas informações como: características da residência, identificação de cada pessoa, escolaridade, situação de trabalho e renda, entre outras. Disponível em: <<http://cidadania.gov.br/servicos/cadastro-unico>>. Acesso em: 20 mar. 2020.



então, fazem a postura da árvore; “então fomos no parque e vimos a capivara”, então, fazem a postura da capivara. Ou: “então, fomos de bicicleta...”;

– De acordo com IFC-1, as aulas têm um alongamento no início, a atividade propriamente dita e a finalização com o relaxamento, que é feito toda aula, por uns 10 minutos, para finalizar “bem tranquilo para ir para casa em paz”; as aulas têm a duração de uma hora; turmas das segundas e quintas, pela manhã, às 8h, 9h e 10h; à tarde, às 13h30, 14h30 e 15h30. E nas quartas e sextas pela manhã, às 8h30, 9h30 e 10h30; à tarde, às 13h30, 14h30 e 15h30;

– Conforme IFC-1, no CATI Santa Felicidade, houve uma época em que eram três professores diferentes, “mas era complicado porque os alunos queriam ficar escolhendo, querendo mudar de turma”; pede-se que os alunos não troquem de horário ou de turma, pois é preciso atualizar o tempo todo, chamar aqueles que estão na lista de espera; “há aqueles que chegam dizendo que não têm condições de pagar uma mensalidade e o médico pediu que fizessem uma atividade. É preciso atender às pessoas que se enquadram na situação de prioridade. Temos o SISC<sup>93</sup>. O idoso faz o NIS<sup>94</sup>”;

– De acordo com IFC-1, as pessoas que gostam do yoga, o que, segundo a informante, representa a grande maioria, costumam dar um retorno, como, por exemplo, esta fala de um idoso lembrada pela informante: “no princípio achei tão bobinho, mas agora estou bem melhor, eu estava em depressão, estava em casa, nem conseguia falar com as pessoas, agora estou dormindo melhor, respirando melhor, conseguindo sair de casa, indo na feira, visitando os filhos, passeando...”, complementa IFC-1: “a gente vê a pessoa brilhando”;

– Ao conversarmos sobre a pesquisa do yoga nos CATIs levada para dentro de uma universidade, IFC-1 reafirma: “é importante que se veja que isto tem resultado de fato! É concreto isso!”, porque as pessoas vêm e dizem: “olhe, minha vida mudou, porque eu estava pensando em morrer! Eu estava querendo me matar! E eu vim, e o grupo fez diferença, aqui eu tenho amigos, as pessoas me amam, não sinto mais dor no corpo, eu consigo relaxar, o professor é um querido, a atividade me beneficia, tenho até vontade de namorar!”. Segue:

---

<sup>93</sup> Sistema de Informações do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos. De acordo com a Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais (Resolução CNAS nº 109/2009), o SCFV é o serviço realizado em grupos de acordo com o ciclo de vida de seus usuários e organizado a partir de percursos. É complementar ao trabalho do PAIF e busca prevenir a ocorrência de situações de risco social. O SCFV deve ser sempre referenciado a um CRAS, que é responsável por encaminhar os usuários ao Serviço. Disponível em: <<https://aplicacoes.mds.gov.br/sisc/auth/index.php>>. Acesso em: 20 mar. 2020.

<sup>94</sup> PIS e NIS, são nomenclaturas diferentes para o mesmo número. O cadastramento possibilita a consulta e saques aos benefícios sociais administrados pela Caixa, caso tenha direito, como FGTS, Seguro-desemprego e Abono Salarial do PIS (ou NIS). Disponível em: <<http://www.caixa.gov.br/cadastros/nis/perguntas-frequentes/Paginas/default.aspx>>. Acesso em: 20 mar. 2020.

“tem uns que vem e sentam aqui e choram, choram, choram...contam que brigaram em casa...então, ter esse espaço aqui faz toda a diferença. E eu digo para eles que duas vezes por semana é a medida exata para transformar a sua vida, nem mais nem menos”.

## 5.2 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DA PRÁTICA DE YOGA NOS CATIs

Os depoimentos coletados foram posteriormente interpretados à medida que, progressivamente, foram constatados elementos do “caminho de oito partes do yoga”, especificamente, os conceitos de *yamas* e *niyamas*, enfatizando que a identificação destes conceitos não partiu de uma intenção prévia ao estudo de campo, mas sim, caracterizou-se como uma descoberta a partir da intenção de procurar elementos que apresentassem paralelos à discussão da outridade. Os *yamas* e *niyamas* foram identificados como os elementos que encontram-se na base da possibilidade de diálogo com a outridade.

Com base no conhecimento pessoal apreendido pela pesquisadora – pelo estudo dos textos, pela comunicação verbal obtida com os mestres de yoga, e com a experiência do yoga no seu próprio corpo – foi possível identificar um aumento de *sattva*, pela coleta dos depoimentos, levando a concluir que a prática de yoga para idosos nos CATIs resulta, em seus praticantes, em um aumento da capacidade de expressão, de autoconhecimento, de percepção de si mesmo e dos outros, na redução da atividade mental (diminuindo a ansiedade e agitação), na melhoria na capacidade de alcance de um maior relaxamento, na diminuição de dores físicas e sofrimento emocional e psicológico, no desenvolvimento do sentimento de autoaceitação, na melhoria da qualidade de relacionamento consigo mesmo e com o outro - na medida em que se passa a reconhecer as limitações do outro, na realização do sentimento de amorosidade, compaixão, cooperação e gratidão.

Estes resultados são demonstrados a seguir, com base nos depoimentos, iniciando-se pelos *yamas*.

Optou-se por demonstrar os *yamas* e *niyamas* que se apresentaram mais evidentes ao olhar da observadora, admitindo que, para atingir o objetivo da pesquisa não seria necessário identificar e analisar todos os cinco *yamas* e cinco *niyamas*.

Dentre os *yamas*, foram analisados *ahimsa*, *asteya* e *brahmacharya*.

### *Ahimsa*<sup>95</sup>:

Como o primeiro dos códigos morais e éticos, se interpretado como “não fazer mal a nenhum ser vivo”, supõe-se, em última instância, que seria impossível a uma pessoa comum praticá-lo. Considera-se esta uma questão importante, sendo que não é à toa que está posicionada como princípio ético e moral que vem em primeiro lugar nos *yamas*. A não violência não se aplica apenas aos outros, mas também a si mesmo.

Na pesquisa com os idosos, reconheceu-se *ahimsa* desde a própria prática dos *āsanas*. Conforme relato de ICF-1, os idosos são orientados, pelo professor, a executar as posturas conforme suas limitações: “se é para erguer o braço até encima, mas você só ergue até aqui, então, erga somente até aqui”. Ou, “vá até onde não sentir dor”. Inclusive, algumas senhoras, de idade mais avançada (há alunas de até 96 anos), participam da atividade sentadas em cadeiras e, mesmo assim, experimentam os benefícios que vão além de exercícios corporais, mas sim, representam, para estas pessoas, uma oportunidade de sentir-se acolhidas com amorosidade.

De acordo com IFC-1, a atividade vai muito no ritmo de cada pessoa. O professor faz todo um planejamento voltado à terceira idade: “eles têm labirintite, artrose, não podem fazer certas posições, como as invertidas, por exemplo. Ele trabalha tudo com muita tranquilidade e tudo muito contextualizado, explicando os objetivos e os benefícios de cada movimento;

*Ahimsa* é percebido nos relatos de integrante de G-1: “só a voz doce e meiga da professora nos faz relaxar”; “quando estou ansiosa, lembro da professora e começo a respirar”; “venho com dor, saio sem dor”; “estou vencendo a síndrome do pânico”.

### *Asteya*:

A informante-chave (ICF-1), funcionária da prefeitura e responsável pelas matrículas em um dos CATIs, conta que, embora as atividades façam parte, originalmente, de uma política dirigida a pessoas em situação de vulnerabilidade socioeconômica, o acesso de idosos de classes econômicas mais altas não é restringido. Muitas vezes, estes idosos, apesar de possuírem uma boa aposentadoria, encontram-se em situação de isolamento familiar, não têm vida social ou estão em depressão. De acordo com o relato, há casos em que o idoso já realiza inúmeras atividades fora do CATI, e devido a isso, deseja frequentar somente uma vez por semana alguma atividade do CATI. Conforme o relato, quando esses idosos são informados, gentilmente, de que, com isso, estariam ocupando uma vaga de alguém que poderia se

---

<sup>95</sup> Encontram-se grandes exemplos do cultivo de *ahimsa*: o soberano Buddha, São Francisco, Mahatma Gandhi, Swami Kuvalayananda, Martin Luther King (MALAGÓ, 2006).

beneficiar-se da atividade completa, então, de muito bom grado, renunciavam ao próprio desejo, sentindo-se muito contentes em, ao abdicar, poder ajudar ao próximo: “saem daqui satisfeitos”, comenta.

*Brahmacharya*<sup>97</sup>:

Este elemento pôde ser identificado no estudo de campo, quando a pesquisadora participou das confraternizações de final do ano de 2019, em contato com G-1, momento em que os integrantes da atividade de yoga levaram, na sua maioria, frutas e alimentos saudáveis para ser compartilhados por todos. Esta atitude partiu, de acordo com os relatos, de recomendações da professora de yoga e consistia de um hábito que procuravam incorporar em suas rotinas. Foi neste momento em que a pesquisadora pôde, também, conversar individualmente com vários dos idosos, trocando saberes e experiências, incluindo, além da questão referente aos hábitos físicos de alimentação, rotina e sono, também, aquilo relacionado às relações consigo mesmo e com os familiares.

Na observação de G-2, a escolha por alimentos saudáveis, e não por alimentos artificiais e estimulantes aos sentidos, mostrou-se como uma atitude fortalecida por um compromisso coletivo, no qual todos sentiam-se protagonistas e agentes de transformação.

Os resultados demonstrados a seguir são os relativos aos *niyamas*.

Assim como adotado na demonstração dos *yamas*, optou-se por analisar somente os três *niyamas* que se apresentaram mais evidentes, admitindo a postura da pesquisadora de que, para atingir o objetivo da pesquisa, não seria necessário analisar todos os cinco *yamas* e cinco *niyamas*. Dentre os *niyamas*, foram analisados *santoshā*, *tapas* e *svadhyaya*, tendo, a pesquisadora, optado por detalhar o significado de cada *niyama* imediatamente antes de sua análise e interpretação, conforme demonstrado a seguir:

*Santoshā*:

De todos os *yamas* e *niyamas* identificados, *santoshā* foi o que se fez mais presente, principalmente, pelo fato de que, na atividade proposta pela professora, como encerramento

---

<sup>97</sup> Tradicionalmente traduzido como celibato, o termo significa, literalmente, “o que caminha com *brahman*” (Deus), porém, *brahmacharya* não significa abster-se do prazer, mas sim, não sofrer na busca pela repetição do prazer (MALAGÓ, 2006, p. 51).

do ano, os idosos foram convidados a manifestar-se em relação à “gratidão”<sup>99</sup>, conforme relatos de G-1 e G-2: “só tenho a agradecer”; “minha saúde melhorou muito depois do yoga”; “agradeço à professora, que faz uma diferença enorme na minha vida, com sua serenidade”; “tenho inúmeras coisas a mais, mas não há espaço no papel”; “obrigada a essa sabedoria”; “pelo ano que se finda”; “à professora, pela capacidade e carinho”; “a Deus, pela nova residência”; “ao yoga que está me ensinando a relaxar para diminuir a ansiedade”; a Deus, pela oportunidade de participar das aulas”; “agradecer por estar vivo, mesmo com dor”; “pelos amigos, saúde, família, vida, natureza, ar que respiramos”; “pela união e crescimento”; “pela acolhida”; “amo o alongamento”; “o yoga tem tantos benefícios que perdi a conta”.

Percebeu-se que o contentamento permeia esta experiência da prática do yoga nos CATIs, não só entre os idosos, mas entre todos os envolvidos, desde os responsáveis pela administração da atividade até os professores de yoga. Isto demonstra que a troca, ali, é muito rica. Desde a nova relação que os praticantes encontram com seus próprios corpos (físico, emocional e psicológico) até as manifestações recíprocas de carinho, admiração e respeito entre os alunos e os professores.

#### *Tapas:*

*Tapas* foi identificado pelo depoimento de ICF-2, responsável pelo CATI Água Verde, que conta que a prática do yoga nos CATIs é vista pelos idosos como um compromisso assumido com determinação e dedicação: “eles não faltam nunca”; “aqui é sua segunda casa”; “o que mais conta é o convívio”; “benefício para o corpo e para a mente”; “temos a aluna de 94 anos que está conosco há 12 anos!”.

#### *Svadyaya:*

Este niyama foi observado pelos relatos do G-1 e G-2: “aprendi a respirar e cuidar do nosso espaço”; “estou me sentindo cada vez melhor, sem dores”; “saber esperar é uma dádiva”; “respirar fundo e manter a calma”; “aprendi a perder e controlar meus medos”; “o que meu corpo diz quando precisa de ajuda”; “me gostar mais, me conhecer”; “relaxar, alongar, mais paciência, vontade de viver, melhorar como ser humano”; “controlar as emoções”; “mais calma, durmo melhor”; “melhorei da hérnia de disco”; “aprendizado de união entre as pessoas”; “autoconhecimento para lidar com o outro também”; “o yoga deveria ser matéria didática na universidade, para, cada vez mais, aprender a colocar os pingos nos

---

<sup>99</sup> Para Yogi Bhajan, mestre de Kundalini Yoga, a gratidão é a mais elevada forma de yoga.

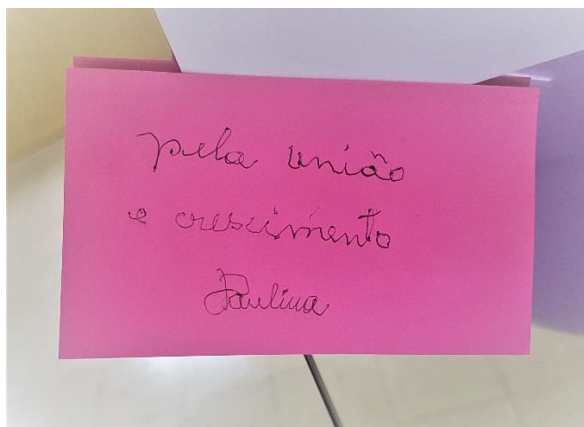
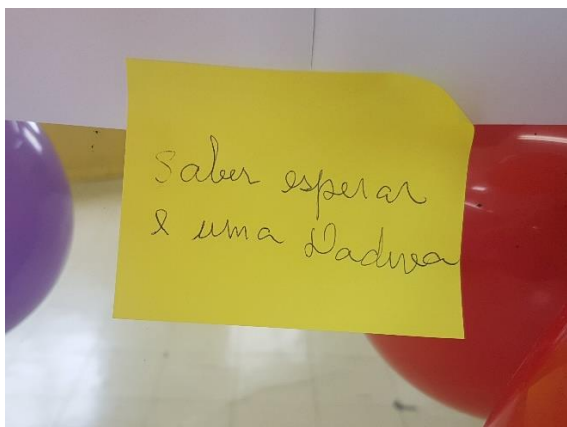
iis”. E, finalizando, o jovem senhor: “na nossa idade, se amanhecer com dor, pode desconfiar que está vivo”.



CATI Santa Felicidade – Rua da Cidadania Santa Felicidade  
Fonte: A autora (2020).

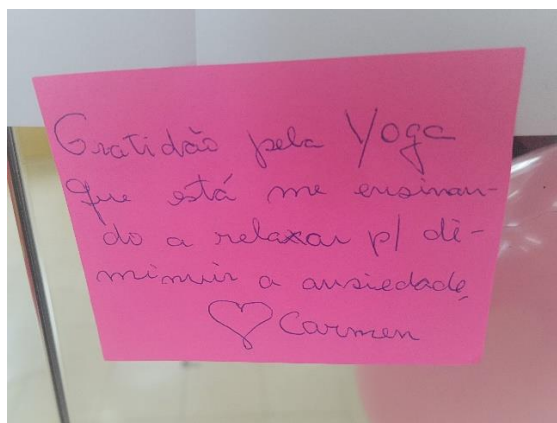
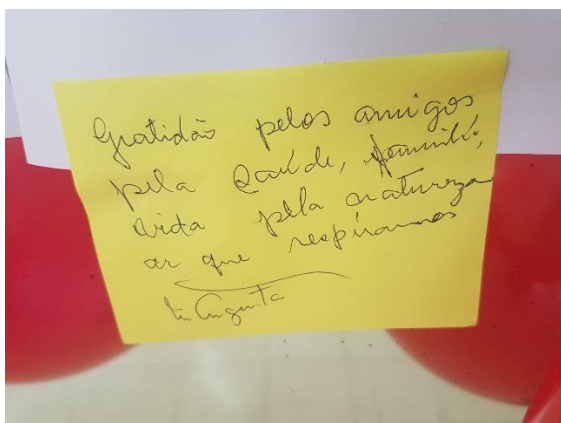


CATI Água Verde  
Fonte: A autora (2020).

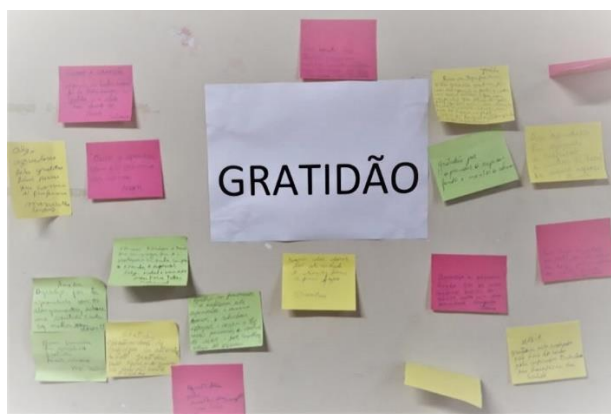
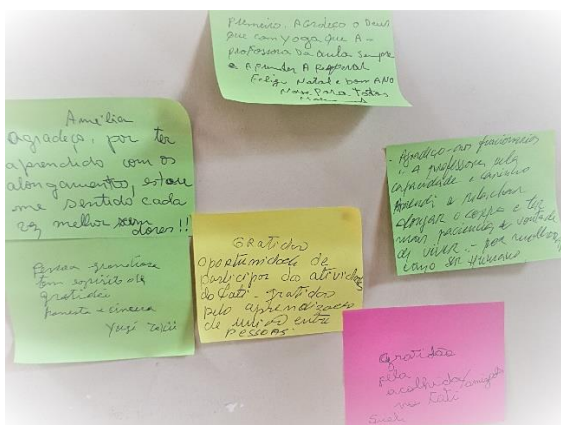


CATI Água Verde  
Fonte: A autora (2020).





CATI Água Verde  
Fonte: A autora (2020).



CATI Boa Vista  
Fonte: A autora, 2020).



CATI Água Verde  
Fonte: A autora (2020).

## 6 DISCUSSÕES E CONCLUSÕES

Diante do pressuposto de que a experiência do pesquisador deveria ser um pré-requisito para uma pesquisa, mas, por outro lado, é a complexidade do fenômeno que pede a investigação, e não a ideia do pesquisador, assumiu-se que esta pesquisa partiu de questionamentos de ordem filosófica e que almeja, ao final, trazer contribuições à ciência.

Reconhecido o fenômeno da crise socioambiental como algo muito visível no sentido da tragédia humana, como crise de valores, crise de conceitos, crise de projetos, a interdisciplinaridade impôs-se, também, como um pré-requisito e, conforme o que é recomendado dentro do ambiente acadêmico, buscou-se, nesta pesquisa, despir-se de um universo de certezas e de tradições acadêmicas monolíticas.

Sabendo-se que as grandes transformações no mundo aconteceram, sempre, através de rupturas das lógicas dominantes, e não a partir do *mainstream*, confirma-se aquilo que já é amplamente reconhecido dentro das ciências: a necessidade de focar-se, a partir de novas lentes, reavaliando os espaços de manobra disponíveis no enfrentamento da problemática socioambiental.

Visto que o paradigma econômico neoliberal age como um vírus contaminando o mundo e, mesmo sem perspectivas e luzes, apostou-se e insistiu-se na tentativa de desenvolvimento de uma reflexão que vislumbrou um horizonte de prospecções improváveis, porém, não impossíveis.

Pela guia mestra que se fez presente na construção desta pesquisa, apresentam-se, neste capítulo, os resultados e conclusões de uma investigação pela via que coloca o homem e suas virtudes em primeiro lugar que, pelo encontro de subjetividades da pesquisadora e do pesquisado, procurou apontar para aquele erro fundamental, reconhecidamente encontrado, pelas ciências, como elemento constituinte das raízes da crise atual: a visão que separa o sujeito do objeto e que sugere uma “revolução epistemológica do olhar”.

### 6.1 A OUTRIDADE NA PRÁTICA DE YOGA NOS CATIs

Primeiramente faz-se necessário enfatizar que, de acordo com o saber do yoga, qualquer mudança de hábito, atitude ou valores — que, conseqüentemente, estariam associados a uma racionalidade — que possa dar-se no ser humano diz respeito a uma determinada dimensão do seu Ser: a dimensão de *ahamkara*, que seria a dimensão do ego. A



questão trazida pelo saber do yoga não diz respeito a uma transformação desta dimensão egoica, embora seja muito provável que o praticante (ou *yogi*<sup>100</sup>) experimente grandes mudanças no âmbito da percepção sensorial, gradativas ou imediatas, ao longo de seu processo de prática, dependendo de como este processo se dá.

No intuito de avaliar os efeitos do yoga no praticante, faz-se necessário recuperar um conteúdo do capítulo 2, que descreve o “yoga na prática” como constituído de:

– *Tapas (āsanas e pranayamas)*; *Svadyaya* (estudo); *Ishvara pranidhana* (render-se ao “Ser Supremo”).

Com base nisso, pretende-se encontrar possibilidades de avaliar esta prática de yoga ofertada nos CATIs, mesmo que nesta atividade não esteja previsto o saber do yoga em toda sua completude, como direcionamento formal desta política pública implementada pelos órgãos municipais, em que os idosos, por sua vez, não são exatamente *yogis*.

E mais: seria possível atestar que esta prática é mesmo “o yoga”, já que se dá num contexto totalmente estranho ao original, ao qual o yoga pertence?

Embora no estudo de campo tenham sido observados, em muitos dos depoimentos, a presença de uma fé em Deus e da construção de um ambiente dentro de um contexto de valores de cuidado, amizade e espírito coletivo, nesta pesquisa não se tem a pretensão de conclusões maiores a respeito de tais questões, mas sim, cumprindo com os objetivos propostos, apresentar os resultados, conforme o compromisso assumido, com base na **principal premissa**:

– **Que a prática do yoga no CATI mobiliza processos individuais que elucidam paralelos entre o saber do yoga e o conhecimento científico do campo ambiental, relativo à outridade, naquilo que diz respeito à possibilidade de alcance de outra relação consigo mesmo e com o “outro” (tudo aquilo que está “fora”, humano ou não humano).**

Seguem-se as conclusões sobre o estudo de campo, que procura responder à **pergunta de pesquisa**:

- **Quais são os elementos encontrados, na prática de yoga para idosos, que poderiam atestar paralelos com a discussão da relação de outridade?**

---

<sup>100</sup> Praticante de yoga conforme os preceitos da tradição. (Fonte: a autora).

Pela observação e análise, constataram-se elementos que apresentam relações com o caminho de oito partes: os *yamas* e *niyamas* (organogramas 10 e 12).

A identificação destes elementos permite concluir quanto à existência de indícios capazes de atestar que o “yoga na prática”, nesta atividade destinada à terceira idade, mobiliza questões intrínsecas ao saber do yoga e determinantes, na medida em que confirmam os efeitos da prática, naquilo que diz respeito ao objetivo final do yoga, que é o de alcançar outra forma de relacionamento, consigo mesmo e com o “outro”.

Recuperando a teoria, os *yamas* e *niyamas* são as atitudes para consigo mesmo e com o ambiente (o outro) que, como princípios éticos e morais, fazem parte do “sistema” do yoga (caminho de oito partes – organograma 10).

A pesquisa, com base no saber do yoga, apoia-se na hipótese de que, os *yamas* e *niyamas*, uma vez observados e quanto mais forem alcançados, passam a contribuir à capacitação do indivíduo para, cada vez mais, aproximar-se do objetivo final do yoga, que é compreender a “realidade experiencial do Sujeito”, ou, “estabelecer-se em *purusha*”, ou “repousar em sua própria natureza”.

De acordo com os ensinamentos do yoga, quanto mais o indivíduo percorre o caminho do autoconhecimento, mais ele se aproxima da possibilidade de acessar outra dimensão da experiência, que o levaria a compreender a única coisa que nele é permanente: sua dimensão espiritual, que é *purusha*.

Neste caminho, quanto mais o indivíduo se liberta das identificações com o seu próprio ego (com o seu *ahamkara* – tudo aquilo que nele é impermanente), mais próximo fica de experimentar os sentimentos de amorosidade, compaixão e solidariedade. Este processo modifica a maneira como ele se relaciona consigo mesmo e com o “outro”.

Se, atingido o objetivo final do yoga, que é estabelecer-se em *purusha*, o Sujeito olha para si mesmo assim como olha para o outro: entendendo que somos todos “sistemas” compostos por corpo, emoção, pensamento, história, gostos e aversões.

Uma vez estabelecido em *purusha*, o Sujeito vê a si mesmo (seu *ahamkara*) como um objeto, assim como vê o outro (o outro *ahamkara*), também como um objeto, pois tudo que nasce e morre é objeto para *purusha*.

De acordo com o yoga, a única coisa que é permanente, nunca nasce, nunca morre, é *purusha*. Embora “estabelecer-se nesta dimensão” seja o objetivo maior do yoga, este não é um processo tão simples e, de acordo com o ensinamento do yoga, é o próprio objetivo da vida humana: para o yoga, o sentido da vida é conhecer.

Embora isto não seja atingido facilmente por todos, o yoga diz que o ser humano tem a possibilidade de atingi-lo e que, em muitos momentos da vida, este acesso a *purusha* é, de fato, experienciado, mesmo que por um breve momento. Muitas vezes, isso ocorre quando o indivíduo experimenta a perda de um ente querido, ou quando está diante de um desafio de grandes proporções, quando está experienciando o amor, ou simplesmente, quando entra em contemplação, em meio à natureza.

No caso desta experiência dos idosos com o yoga, seria impossível dizer se ocorre o “estabelecimento da consciência em *purusha*”, ou em que grau isto ocorre. Aliás, de acordo com o yoga, esta é uma experiência muito individual, sendo impossível de ser avaliada por um olhar externo, lembrando que este não é o objetivo desta pesquisa.

Verifica-se, então, que, pelo estudo de campo, com base na observação e na análise do discurso, demonstrada no capítulo 4 pelo apontamento dos *yamas* e *niyamas*, foi atingido o objetivo desta pesquisa, com base nas conclusões:

**- Que pela identificação dos *yamas* e *niyamas*, confirma-se que, com a prática física do yoga, os idosos foram levados a estabelecer outra relação consigo mesmos e com o “outro”, mesmo que os idosos não sejam exatamente *yogis* (conforme os preceitos de *tapas*, *svadhyaya* e *Ishvara pranidhana*);**

**– Que pela constatação dos *yamas* e *niyamas*, confirma-se a premissa de que a prática do yoga apresenta relações com a reflexão que versa sobre a outridade, que é, por sua vez, de acordo com o conhecimento científico do campo ambiental, o meio pelo qual se deve direcionar a investigação que busca caminhos para a construção de uma racionalidade ambiental, a partir da qual o outro passa a ocupar um lugar predominante, diferentemente de como tem sido na civilização da Modernidade, em que o privilégio do sujeito coloca em risco a existência do outro;**

**- Que essa mudança interior na relação consigo mesmo e com o outro, mesmo que se dê nessa etapa de vida da vida, poderia representar uma mudança de paradigma nos valores de uma sociedade.**

Como desdobramentos das conclusões acima que, por sua vez, respondem à pergunta de pesquisa, observou-se:

- Que na situação investigada, houve um aumento da qualidade de *sattva*, em decorrência da prática física do yoga (*āsanas* e *pranayamas*), o que representa que o aumento de *sattva* se deu pelo corpo físico, o que leva a concluir que o processo que leva ao objetivo final do yoga (que é *purusha*), pode iniciar-se no corpo físico, a partir de uma prática física de yoga ou outra.

## 6.2 DO CONTEXTO URBANO AO IDOSO

A civilização da Modernidade (sem precisar recorrer a uma análise especializada), parece possuir o conhecimento tecnológico suficiente para responder a muitas das demandas socioambientais. Contudo, sabe-se também, que para que ações adequadas sejam efetivamente implementadas, seria necessário mudanças nos sistemas de mundo, criados por esta mesma civilização. Tomando estas afirmações como verdadeiras, poder-se-ia questionar, então, sobre o que seria preciso fazer para que estas mudanças, de fato, acontecessem.

Percebe-se que, em alguns discursos ligados ao pensamento ecocêntrico<sup>101</sup>, encontram-se afirmativas que sugerem que uma transformação considerável no mundo (rumo à construção de um novo modelo de desenvolvimento, mais sustentável), implicaria, inevitavelmente, no abandono dos centros urbanos e retorno ao meio ambiente rural ou, no mínimo, a outras formas de agrupamentos humanos, em menores escalas, em pequenas cidades ou ecovilas. Conforme esta lógica, a insistência num estilo de vida urbano, nas grandes cidades, estaria fadada ao fracasso. A cidade moderna, entendida a partir desta perspectiva, seria a expressão maior de um erro humano.

Sabe-se que as cidades, uma vez subordinadas ao modelo de desenvolvimento capitalista, submetidas a um constante processo de crescimento urbano e de produção incessante, produzem graves impactos sociais, ambientais e políticos associados a essa dinâmica. Por outro lado, faz-se necessário considerar, conforme atesta a pesquisa, que é dentro deste contexto, na cidade de Curitiba, que uma parcela da população de idosos encontra uma oportunidade de inserção social, de desenvolvimento pessoal e de melhoria na qualidade de vida. É importante, também, ressaltar que isto não ocorreria caso habitassem em locais distantes, longe de centros urbanos. Visto isso, pensar em transformações humanas,

---

<sup>101</sup> A posição ecocentrista é um pensamento ambientalista característico de linhas de pensamento do que se conhece como “ecologia profunda” e “os verdes”, que se baseiam em atribuir valores intrínsecos à natureza (FOLADORI, 2001, p. 90).

desde o âmbito individual até o coletivo, dentro de um contexto urbano de uma grande cidade, como no caso desta pesquisa, seguirá incitando a muitos questionamentos.

Embora a pesquisa demonstre uma situação real, em que uma população de idosos tem acesso a uma atividade proporcionada por conquistas em políticas públicas e direitos, sabe-se que, dentro de uma racionalidade econômica dominante, em que o ser humano encontra-se em uma condição de “unidade de produção”, os idosos seriam aqueles que mais longe estariam de responder às exigências de eficácia e produtividade, tão valorizadas na sociedade moderna.

Outra questão relativa aos idosos parte daquele senso comum: “a pessoa, depois de uma certa idade, não muda mais”. E a partir daí, de acordo com a racionalidade vigente, questionar-se-ia a validade de direcionar esforços a uma população cuja interioridade não é objeto de atenção, posto que não apresenta função objetiva.

O pensamento que traz a ideia de que a mobilização de uma transformação interior do ser humano seria a mola propulsora a partir da qual poderia alcançar-se as grandes transformações no mundo é, também, algo da ordem do domínio público, do senso comum. Contudo, assim como em outros exemplos na atualidade, é fato que muitos dos discursos progressistas importantes são constantemente capturados por aqueles que intenciam manter as coisas do jeito como estão, ao tentar assegurar “o mesmo”. É fato que o discurso do autoconhecimento é, muitas vezes, direcionado no sentido da utilidade desta proposta, como algo que serve ao aumento da potência, da vitalidade, da energia criativa, da competência, apropriando-se, até mesmo, dos termos mais “espirituais”: “o autoconhecimento no exercício de minha existência”, ou, quando o yoga é apresentado como um método para a alta *performance*, em que se apresentam, muitas vezes, imagens que mais se assemelham a contorcionistas ou malabaristas sustentando seus corpos sobre o dedo indicador.

No entanto, a ideia de transformação não é, de acordo com o saber do yoga, algo assim tão simples ou ingênuo.

Uma anedota contada certa vez, por um querido professor chileno de Kundalini Yoga, o Mestre Guru Dass Singh, conta que um sujeito ansioso e fumante teria sido indagado a respeito de sua experiência, desde que iniciara as práticas de yoga. Teriam lhe perguntado: “E então, fulano, deixou de fumar?”. Ao que ele, então, teria respondido: “*No, pero fumo más tranquilo*”.

Isto ilustra muito bem que, de acordo com o yoga, a própria compreensão daquilo que seria essa tal “transformação” envolve um pouco mais de complexidade do que a simples dedução relativa à mudança de hábitos.

Encerrando-se esta discussão quanto à experiência dos idosos nesta atividade de yoga dentro de um contexto urbano, especificamente, em uma grande cidade como Curitiba, conclui-se:

**- Se esta prática de yoga para idosos possibilita uma maior conexão com um algo maior, levando o Ser a experimentar uma satisfação mais profunda, um sentimento de maior contentamento e aceitação, uma maior libertação dos desejos gerados pela carência, então, supõe-se que este Ser, o idoso, a medida que se movimenta, de acordo com a professora Nazaré Cavalcanti (2018): mais “cheio de vida”, não se isola, mas sim, “espalha” vida. Movendo-se não mais por carência, mas para espalhar vida, imprime suas ações no mundo baseado em outra qualidade e produzindo resultados benéficos, não só a si mesmo, mas a todos que o rodeiam, familiares, amigos e sociedade;**

**- Dentro de uma lógica de produção capitalista, principalmente dentro dos grandes centros urbanos, a ideia de progresso contínuo rumo a feitos cada vez maiores difere da visão que o yoga apresenta: a ideia de progresso não se refere à superação, ao sucesso ou à conquista, mas sim, à aceitação, a um olhar mais sutil, não violento e includente;**

**- Reconhece-se que, embora as grandes cidades quando vistas com base em um pensamento ecocêntrico possem ser consideradas como um erro humano, é dentro deste contexto urbano, da cidade de Curitiba, que uma parcela da população de idosos encontra oportunidade de desenvolvimento pessoal e melhoria de qualidade de vida;**

**– Que diante das mudanças de atitudes em relação a si mesmo e ao outro, experimentadas pelos idosos que participam desta prática de yoga, ocorre uma potencialização na inserção do idoso no contexto social urbano;**

**– Que o acontecimento desta prática de yoga, como parte de um projeto mobilizado com base em políticas públicas e implementado graças à disposição e capacitação dos órgãos municipais, merece o devido reconhecimento, posto que consiste de uma conquista da sociedade. Embora, na atualidade, é incerto o futuro quanto às possibilidades de manutenção desta atividade, seria importante direcionar a atenção**

**para que programas sociais desta natureza pudessem se perpetuar, gerando grande impacto positivo.**

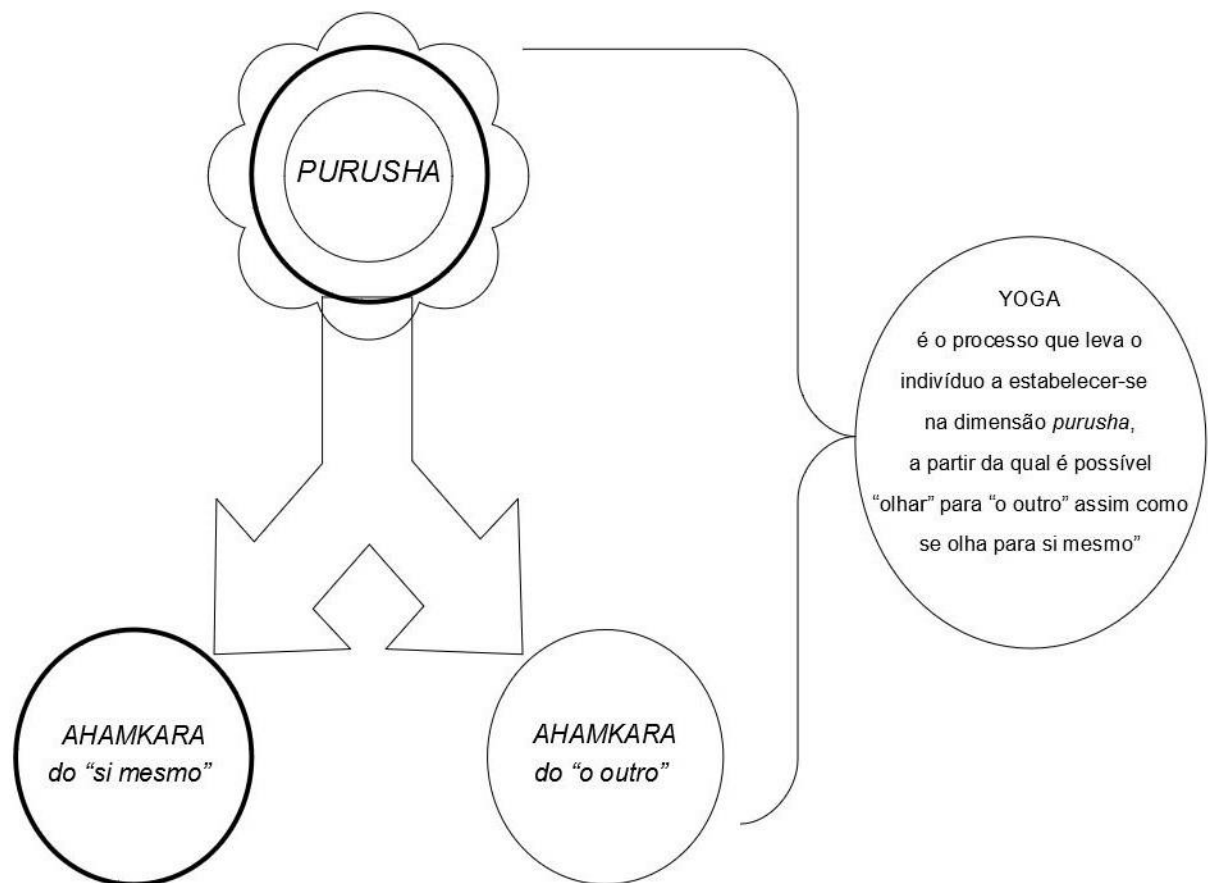
### 6.3 A OUTRIDADE E O YOGA

Em relação à questão maior (à questão guarda-chuva) desta pesquisa, que é a outridade entendida como semelhante à dimensão *purusha* apresentada pelo yoga, faz-se imprescindível apontar que, dado “nosso método de conhecimento” (CAVALCANTI, 2018) — conforme a natureza da mente humana, de “conhecer a partir do sujeito individualizado” (da dimensão egóica, de *ahamkara*), inevitavelmente, até mesmo a busca por entender o que seria “esse *purusha*” insiste em dar-se pela objetificação, isto é, *purusha* passa a ser o objeto que se quer conhecer. Porém, *purusha* não é algo que se “conhece”, não pode ser alvo do conhecimento, posto que é o Sujeito, não pode ser visto, porque tudo o que pode ser visto é objeto.

*Purusha* é aquele ponto em que é possível a consciência estabelecer-se em uma dimensão além da dimensão mental. A partir deste é possível alcançar o discernimento entre o que é a realidade mutável do ser individualizado e a realidade imutável (o aspecto do Ser que é eterno). Esta compreensão permite que o Sujeito deixe de se identificar com seu aspecto egoico e passe a olhar para o outro assim como olha para si mesmo, reconhecendo, no outro, o mesmo sistema composto de identificações com o corpo, a personalidade, os gostos e aversões, a história, a hereditariedade, etc.

*Purusha* é o Sujeito, é “essa entidade em mim que vê a mim mesmo”, é apenas presença de vida, consciência pura. Esse reconhecimento da “verdade última do Sujeito” é o que pode levar para uma relação com o outro, sem dominação. Quanto mais o Ser move-se nessa direção, mais experimenta uma satisfação mais profunda, o que o faz seguir numa direção menos excludente (KNAK, 2018).

Finaliza-se este capítulo de discussão e conclusões com um organograma que representa o “olhar” do indivíduo a partir da dimensão *purusha*, em que o Sujeito vê a si mesmo (seu *ahamkara*) como um objeto, assim como vê o outro (o outro *ahamkara*), também como um objeto, pois tudo que nasce e morre é objeto para *purusha*: “esse corpo e essa mente, que nasce, vive e morre, é apenas um objeto que *purusha* percebe” (CAVALCANTI, 2018).



*O “si mesmo” é “o outro” para Aquele que vê*

Organograma 13 – Purusha  
Fonte: A autora (2020).

Como conclusão da investigação que coloca, em um mesmo patamar — em um diálogo simétrico — os saberes produzidos no yoga e os saberes produzidos no debate acadêmico, a pesquisadora, ao colocar que: “O *si mesmo* é o *outro* para Aquele que vê”, busca enfatizar esta condição de *purusha* — que, de acordo com o yoga, seria uma dimensão mais do que mental, mas espiritual também — em que o Sujeito<sup>102</sup> (Aquele que vê), conhece sua própria natureza, não como um processo de ganho de conhecimento, mas sim, como um processo de reconhecimento de algo que já está lá: sua verdadeira realidade experiencial. Percebendo sua própria dimensão *ahamkara* como impermanente e sucetível a uma infinidade de variantes, o Sujeito que está estabelecido em *purusha*, percebe, também, “o outro”

<sup>102</sup> Este “Sujeito”, com a inicial maiúscula, refere-se ao indivíduo que já não está identificado com seu sujeito na dimensão *ahamkara*, mas sim, àquele que repousa em sua própria natureza.



(humano ou não humano) como parte de uma realidade temporária e impermanente, que apresenta limites de ordem dimensional, isto é, que limita-se às esferas mentais, emocionais e físicas.

Ao dizer que “o *si mesmo* é o *outro* para Aquele que vê”, busca-se elucidar esse processo em que o Sujeito estabelecido em *purusha* reconhece seu próprio *ahamkara* (dimensão do ego) como um objeto externo à sua verdadeira natureza, isto é, o “outro” está mais próximo de si mesmo do que se poderia supor.

De acordo com o yoga, é somente dentro desse processo que é possível estabelecer outra relação com o mundo, as outras pessoas, a natureza, os acontecimentos, pois, ao insistir na visão do outro a partir de uma perspectiva auto-centrada, o indivíduo não é capaz de conhecer a realidade experiencial do outro, tampouco de si mesmo.

No que diz respeito às relações entre os seres humanos, o indivíduo que se estabelece em *purusha*, ao ver-se livre das identificações com seu próprio ego, percebe, então, o “outro” ou, aquele que lhe parece “outro”, como um sistema complexo, tal qual o seu próprio sistema: composto de corpo físico, emocional e mental, igualmente carregado de identificações. É somente a partir dessa compreensão — que vai além de uma compreensão racional — que, de acordo com o yoga, é possível compreender a realidade da experiência: que a noção de separação entre o si mesmo e o outro pertencem a uma determinada esfera dimensional (de *ahamkara*), que não é aquela à qual o *yogi* — o buscador da verdade — vislumbra alcançar.

Conclui-se:

**- O estado de *purusha* — a partir do qual se pode ter outra visão de si mesmo e, consequentemente, do outro — apresenta-se como um caminho auspicioso de reflexão, relevante à discussão que versa sobre a outridade;**

**- Enquanto os seres humanos estiverem identificados com sua dimensão *ahamkara* não encontrarão soluções duradouras aos problemas socioambientais.**

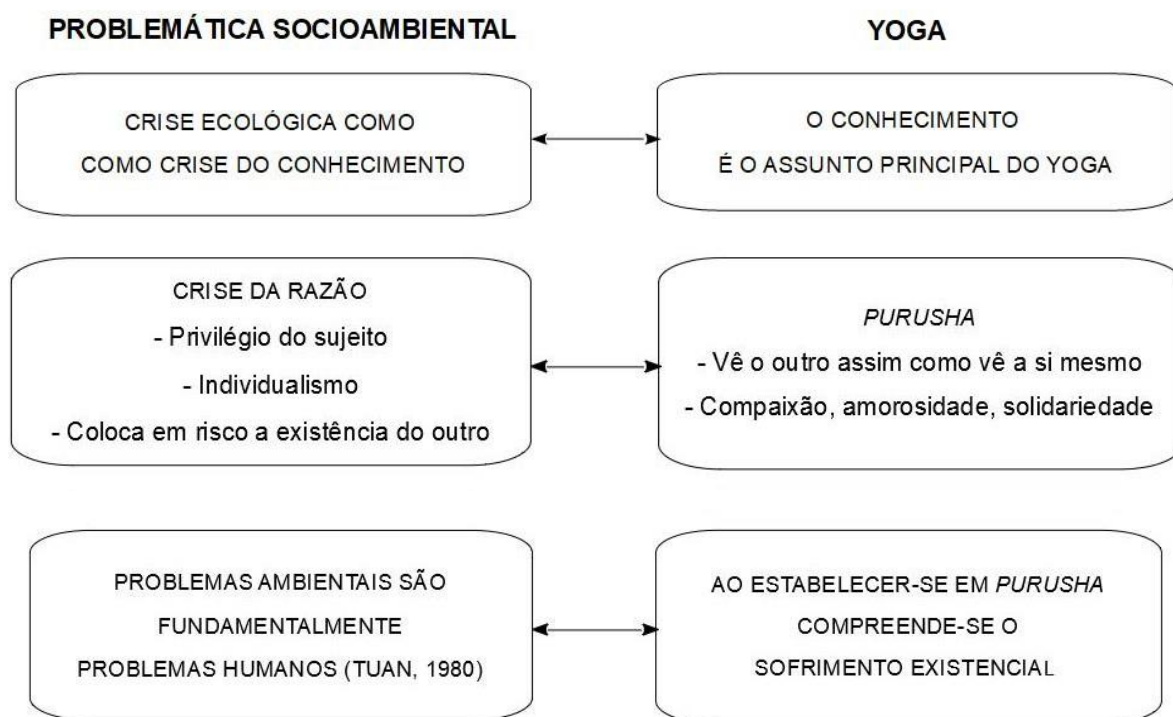
## 7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

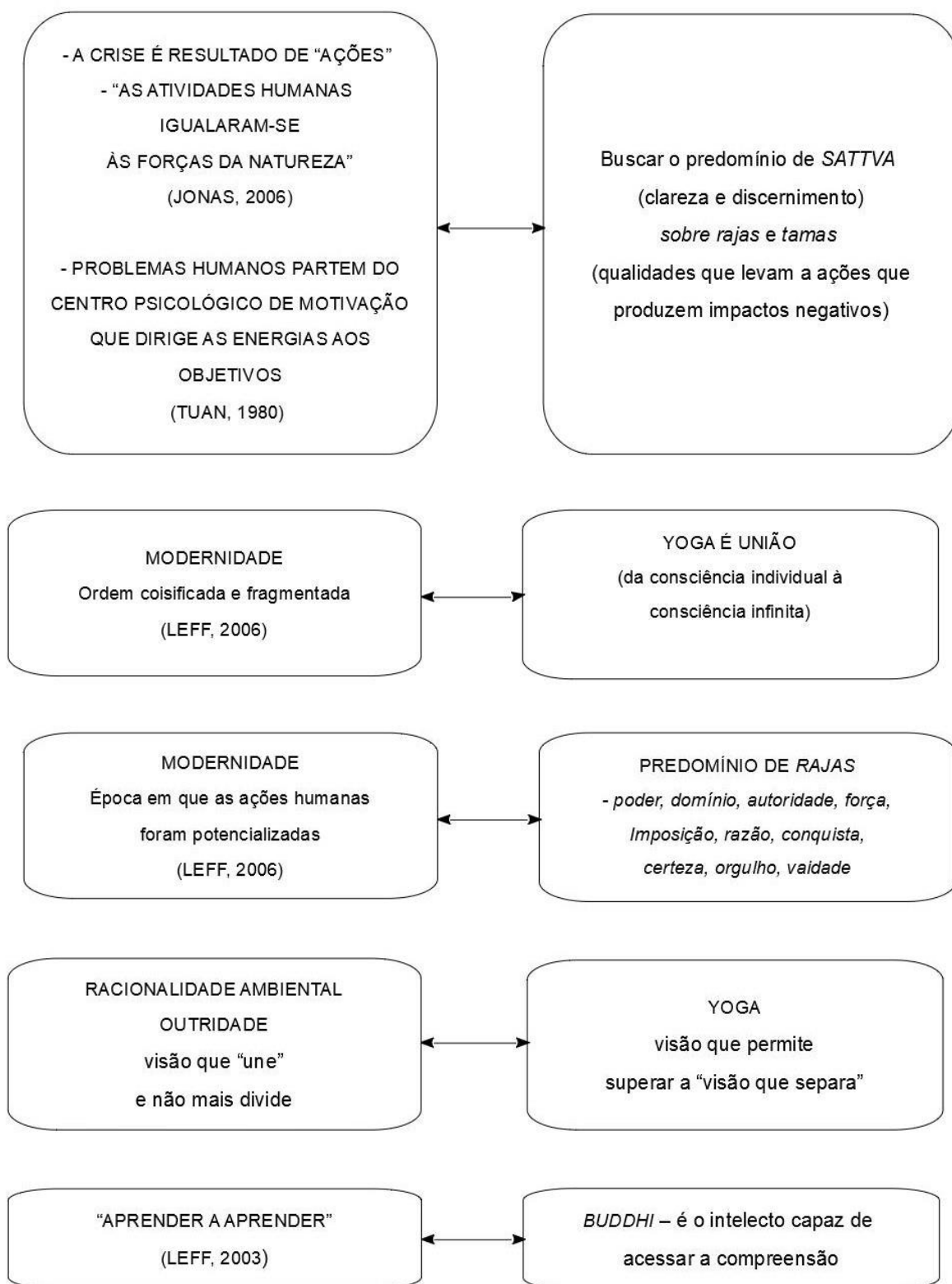
Este capítulo reúne, também, como resultado de todo o processo de investigação, algumas reflexões, traçadas de forma esquemática, entre o conhecimento do campo científico ambiental e o saber do yoga, observadas pela pesquisadora ao longo do processo de construção da pesquisa.

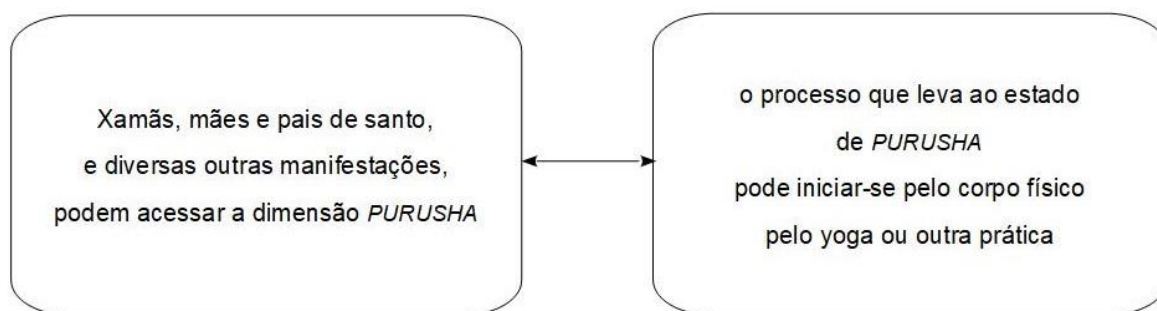
Considerou-se relevante trazer estas relações, posto que se constituíram parte importante, como mote e inspiração para a pesquisa. As reflexões são trazidas na forma de organograma, com a intenção de facilitar a visualização e o entendimento.

Finaliza-se com os apontamentos quanto aos possíveis desdobramentos, na continuidade desta pesquisa.

### 7.1 DIÁLOGO DE SABERES







Organograma 14 – Conhecimento científico e saber do yoga  
Fonte: A autora (2020).

## 7.2 DESDOBRAMENTOS

Dado o encerramento desta etapa, faz-se importante ressaltar que permanece o desejo de busca por compreensão sobre os processos de construção do mundo, com base neste conhecimento de que, sob a forma de “qualidade da matéria” (*sattva*, *rajas* e *tamas*), os corpos dos quais se constituem os seres humanos (físico, mental, emocional, espiritual) irradiam-se, a partir de seus centros de motivação, sob a forma de “ações”, produzindo resultados.

Como desdobramentos desta pesquisa, vislumbra-se a possibilidade de ampliação da reflexão quanto ao processo de conhecimento, buscando, daqui em diante, apresentar resultados no âmbito do coletivo, isto é, do “corpo individual” ao “corpo coletivo”, dentro da discussão que busca “passar da singularidade do Eu à pluralidade do Nós”, em que o outro é o “saber totalizador que abre para o reencantamento da vida com o infinito” (Leff, 2006), o que poderia se dar pela investigação da “esfera do pensamento coletivo”, do planeta e de toda a biosfera, ou do conjunto de todos os elementos, dando continuidade à investigação que busca trazer, do saber oriental, contribuições significativas ao debate que busca caminhos para materializar mudanças reais nas formas de viver humanas.

## REFERÊNCIAS

AGÊNCIA DE NOTÍCIAS DO IBGE. **Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017**. Publicada em: 26 abr. 2018. Última Atualização: 01 out. 2018. Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>>. Acesso em: 06 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. **Idosos indicam caminhos para uma melhor idade**. Publicado em: 19 mar. 2019. Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade/>>. Acesso em: 24 mar. 2020.

ANDREOTTI, G. **O senso ético e estético da paisagem**. RA'E GA 24 (2012), p. 05-17. Disponível em: <<http://revistas.ufpr.br/raega/article/view/26191/17414>>. Acesso em: 13 out. 2017.

\_\_\_\_\_. **Paisagens culturais**. Curitiba: Editora UFPR, 2013.

ARIEIRA, G. **O que é Vedanta?** Vidya Mandir. Disponível em: <<https://www.vidyamandir.org.br>>. Acesso em: 13 jul. 2019.

ASHLEY-FARRAND, T. **Mantras que curam**. São Paulo: Pensamento, [s.d.].

BHAGAVAD GITA. **Diálogo entre Sri Krsna e Arjuna**. Tradução e comentários de: ARIEIRA, G. Rio de Janeiro: Vidya-Mandir, 2010.

BERMAN, M. **Tudo que é sólido desmancha no ar**. A aventura da modernidade. Tradução de: IORIATTI, A. M. L.; MOISÉS, C. F.. São Paulo: Companhia Das Letras, 1986.

BOFF, L. **Ética e Espiritualidade**. Petrópolis: Vozes, 2017.

BORJA, J. MUXI, J. **El espacio público, ciudad y ciudadanía**. Barcelona: [s.n.], 2000.

BRASIL DE FATO. **Dussel: “A ecologia deve ser o remédio para tratar a grande enfermidade da terra”**. Instituto Humanitas Unisinos. Publicado em: 03 jul. 2019. Manuel Fonseca, Omar García Corona, Facundo Tine. Disponível em: <<https://www.brasildefato.com.br/2019/07/03/dussel-a-ecologia-deve-ser-o-remedio-para-tratar-a-grande-enfermidade-da-terra>>. Acesso em: 14 jul. 2019.

BUDA VIRTUAL. **Além do meio ambiente: se apaixonando novamente pela mãe Terra**. Entrevista com Thich Nhat Hanh. Publicado em 15 jun. 2017. Disponível em: <<http://www.budavirtual.com.br/alem-meio-ambiente-se-apaixonando-novamente-pela-mae-terra/>>. Acesso em: 15 jan. 2020.

CAPRA, F. **Sabedoria Incomum**. São Paulo: Cultrix, 1991.

CARLOS, D. P. WAGNER, R. **A invenção da cultura**. São Paulo: Cosac Naify, 2010. Cadernos de campo, São Paulo, n. 21, 2012. Disponível em: <

<http://www.revistas.usp.br/cadernosdecampo/article/view/53937/57881> >. Acesso em: 5 jun. 2015.

CASTELLO, L. **A percepção do lugar:** repensando o conceito de lugar em arquitetura – urbanismo. Porto Alegre: PROPAR – UFRGS, 2007.

CAVALCANTI, M. N. **O autoconhecimento à luz do Yoga Sutra de Patanjali e do Sankhya.** Curso ministrado no Gandiva Mercês, Curitiba, 16 jun. 2018.

DA LUZ, L. M.; MARCAL, M. dos S.. “A perspectiva geográfica do Antropoceno”. **Revista de Geografia** (Recife) V. 33, No. 2, 2016, p. 143-160. Disponível em: <[https://www.academia.edu/934167/Antropoceno\\_A\\_%C3%A9poca\\_da\\_humanidade](https://www.academia.edu/934167/Antropoceno_A_%C3%A9poca_da_humanidade)>. Acesso em: 12 jul. 2019.

DAMATTA, R. **A casa & a rua:** espaço, cidadania, mulher e morte no Brasil. 5 ed. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.

DESIKACHAR, T. K. V. **O coração do yoga:** desenvolvendo a prática pessoal. Tradução de: COSTA, G. São Paulo: Mantra, 2018.

DUNKER, C. I. L. “Mal-estar, sofrimento e sintoma: releitura da diagnóstica lacaniana a partir do perspectivismo animista”. **Tempo Social, Revista de Antropologia da USP**, vol.23, n.1, São Paulo, 2011.

ELIADE, M. **Yoga. Imortalidade e liberdade.** Tradução de: VELLOSO, T. de B.; transliteração sânscrita de: DISKIN, L. São Paulo: Palas Athena, 1996.

FERNANDES, V., & RAUEN, W.B. “*Sustainability: An interdisciplinary field*”. **Journal of Social, Technological and Environmental Science**. v. 5, n. 3, Jul-Dec 2016, p. 188-204. Disponível em: <<http://revistas.unievangelica.edu.br/index.php/fronteiras/article/view/2049>>. Acesso em: 10 out. 2017.

FLORIT, L. F.; SAMPAIO, C. A. C.; PHILIPPI JR, A. In: **Ética socioambiental.** Barueri: Manole, 2019. Apresentação.

FOLADORI, G. “Una tipología del pensamiento ambientalista”. In: PIERRI, N.; FOLADORI, G. **Sustentabilidad? Desacuerdos sobre el desarrollo sustentable.** Montevideo: Trabajo y Capital, 2001.

FRAWLEY, D. **Uma visão Ayurvédica da mente.** A cura da consciencia. Tradução de: NETO, A. C de F. São Paulo: Pensamento-Cultrix Ltda, 1996.

GANDIVA YOGA ASHRAM. **Curso de Formação em Yoga na Tradição de Krishnamacharya.** Disponível em: <<http://www.site.gandiva.com.br/curso-de-formacao-em-yoga-na-tradicao-de-krishnamacharya>>. Acesso em: 25 set. 2018.

GEORGESCU-ROEGEN, Nicholas. **O decrescimento. Entropia. Ecologia. Economia.** Apresentação e organização: GRINEVALD, J.; RENS, I. Tradução de: ISAAC, M. J. P. São Paulo: Senac, 2012. (Tradução a partir da edição francesa *La décroissance: entropie, écologie, économie*, Éditions Sang de la Terre, 2008).

- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. – São Paulo: Atlas, 2002.
- GOLDIM, J. R. **Projeto de pesquisa**: aspectos éticos e metodológicos. Publicado em: 29 out. 2001. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/bioetica/projeto.htm>>. Acesso em: 28 mar. 2010.
- GOLDMAN, M. “Os tambores dos mortos e os tambores dos vivos. Etnografia, antropologia e política em Ilhéus, Bahia”. **Revista de Antropologia**. São Paulo: USP, 2003, v. 46 n°. 2.
- GOMES, P. C. C. **A condição urbana**: ensaios de geopolítica da cidade. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2006.
- HERMÓGENES, J. **Saúde na terceira idade**. 2 ed. Rio de Janeiro: Record, 1996.
- HOMEM, M. **A questão do público e privado**. Canal Casa do Saber. Publicado em: 22 jul. 2019. Disponível em: <[https://www.youtube.com/watch?v=sNYH\\_SGig7A](https://www.youtube.com/watch?v=sNYH_SGig7A)>. Acesso em: 28 jul. 2019.
- JOLLIVET, M.; PAVÉ, A. “O meio ambiente: questões e perspectivas para a pesquisa”. In: VIEIRA, P. F.; WEBER, J. **Gestão de recursos naturais renováveis e desenvolvimento**: Novos desafios para a pesquisa ambiental. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2002.
- JONAS, H. **O princípio responsabilidade**: ensaio de uma ética para uma civilização tecnológica. Tradução do original alemão: LISBOA, M; MONTEZ, L. B. Rio de Janeiro: Contraponto/ PUC-Rio, 2006.
- KNACK, J. L. **Introdução a Bhagavad Gita**. Integrando Yoga, Samkhia e Vedanta. Curso ministrado no Gandiva Juvevê, Curitiba, mai. set. 2018.
- KUHNEN, T. A. “Reflexões sobre limites da proteção da natureza a partir do holismo e do biocentrismo na ética ambiental”. In: **Ética socioambiental**. Barueri: Manole, 2019.
- LATOUR, B. **A esperança de Pandora**: ensaios sobre a realidade dos estudos científicos. Tradução de: SOUZA, G. C. C. de. Bauru: UNESP, 2001.
- LE BRETON, D. **Antropologia do corpo**. Tradução de: CREDER, F. dos S. Petrópolis: Vozes, 2016.
- LEFEBVRE, H. **A Revolução Urbana**. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1999.
- LEFF, E. **A complexidade ambiental**. Tradução de: WOLFF, E. São Paulo: Cortez, 2003.
- \_\_\_\_\_. **Racionalidade ambiental**: a reapropriação social da natureza. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.
- \_\_\_\_\_. “Complexidade, interdisciplinaridade e saber ambiental”. **Olhar de Professor**, vol. 14, num. 2, 2011, pp. 309-335. Departamento de Métodos e Técnicas de Ensino. Paraná. Brasil. Disponível em <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68422128007>>. Acesso em: 15 mar. 2019.

LIMA, C. de A., FORTUNATO, R. “Mobilidade e qualidade espacial urbana no entorno de terminais do sistema BRT de Curitiba: desenho urbano e condições socioambientais”. **URBE, Revista Brasileira de Gestão Urbana** (Brazilian Journal of Urban Management), 2017, 9 (Supl. 1).

MALAGÓ, V. **Yamas e niyamas: alicerces da prática yogue**. Cadernos de yoga. 10ª ed. Ano III. Florianópolis: Comunidade do Saber, 2006.

MANDATO GOURA. **Deputados protocolam PL que regulamenta subsídio ao transporte público no Paraná**. Publicado em 27 out. 2019. Disponível em: <<https://mandatogoura.com.br/3361-2/>>. Acesso em: 19 abr. 2020.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5ª ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARTINS, G. de A.; THEÓPHILO, C. R. **Metodologia da investigação científica para ciências sociais aplicadas**. 3. ed. [2ª. Reimp.]. São Paulo: [s.n.], 2018.

MEDEIROS, A. M. “Práticas integrativas e complementares no SUS: os benefícios do Yoga e da Meditação para a saúde do corpo e da alma”. **Revista Eletrônica Correlatio**, v. 16, n. 2 – dez. 2017. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/324610253\\_Praticas\\_integrativas\\_e\\_complementares\\_no\\_SUS\\_os\\_beneficios\\_do\\_Yoga\\_e\\_da\\_Meditacao\\_para\\_a\\_saude\\_do\\_corpo\\_e\\_da\\_alma](https://www.researchgate.net/publication/324610253_Praticas_integrativas_e_complementares_no_SUS_os_beneficios_do_Yoga_e_da_Meditacao_para_a_saude_do_corpo_e_da_alma)>. Acesso em: 05 jan. 2020.

MENDONÇA, F. “Aspectos da problemática ambiental urbana da cidade de Curitiba/PR e o mito da ‘capital ecológica’”. **GEOUSP – Espaço e Tempo**. São Paulo, nº 12, pp. 179 188, 2002.

MERLEAU-PONTY, M., 1908-1961. **Fenomenologia da percepção**. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria n. 971, de 03 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. 2006a. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971\\_03\\_05\\_2006.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html)>. Acesso em: 05 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC-SUS** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2006b. Disponível em: <<https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>>. Acesso em: 05 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. **1º de Outubro – Dia Nacional e Internacional do Idoso**. Publicado em: 01 out. 2014. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/noticias/sas/14910-1-de-outubro-dia-nacional-e-internacional-do-idoso/>>. Acesso em: 24 mar. 2020.

\_\_\_\_\_. **Saúde da pessoa idosa: SUS combate sedentarismo e estimula a autonomia e a participação social**. Publicado em: 13 jan. 2015. Disponível em:



<<http://www.saude.gov.br/noticias/sas/16216-saude-da-pessoa-idosa-sus-combate-sedentarismo-e-estimula-a-autonomia-e-a-participacao-social/>>. Acesso em: 24 mar. 2020.

\_\_\_\_\_. **Cuidados de Longa Duração para Pessoas Idosas é tema de seminário internacional promovido pelo Ministério da Saúde.** Publicado em: 22 out. 2015. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/noticias/sas/20328-cuidados-de-longa-duracao-para-pessoas-idosas-e-tema-de-seminario-internacional-promovido-pelo-ministerio-da-saude>>. Acesso em: 24 mar. 2020.

\_\_\_\_\_. **Ministério recomenda: é preciso envelhecer com saúde.** Publicado em: 01 out. 2016. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/25924-ministerio-recomenda-e-preciso-envelhecer-com-saude/>>. Acesso em: 24 mar. 2020.

\_\_\_\_\_. **Portaria n. 849, de 27 de março de 2017.** Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. 2017. Disponível em: <[http://www.lex.com.br/legis\\_27357131\\_PORTARIA\\_N\\_849\\_DE\\_27\\_DE\\_MARCO\\_DE\\_2017.aspx](http://www.lex.com.br/legis_27357131_PORTARIA_N_849_DE_27_DE_MARCO_DE_2017.aspx)>. Acesso em: 05 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. **Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde /** Ministério da Saúde, Secretaria-Executiva, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/12/glossario-tematico.pdf>>. Acesso em: 05 abr. 2020.

MONTANER, J. M. **Entrevista por Nicolás Valencia.** Tradução de: PEDROTTI, G. Disponível em: <<http://www.archdaily.com.br/br/783202/josep-maria-montaner-hoje-vivemos-uma-total-dualizacao-da-arquitetura>>. Acesso em: 13 set. 2016.

MORIN, E., LE MOIGNE, J.-L. **A inteligência da complexidade.** Tradução de: FALCI, N. M. São Paulo: Peirópolis, 2000.

\_\_\_\_\_. “Da necessidade de um pensamento complexo”. In: **Para navegar no século XXI –** Tecnologias do Imaginário e Cibercultura, s.d. Disponível em: <[http://www.institutocarakura.org.br/arquivosSGC/DOWN\\_085123MorinDanecessidadedeummp.ensamentocomplexo.pdf](http://www.institutocarakura.org.br/arquivosSGC/DOWN_085123MorinDanecessidadedeummp.ensamentocomplexo.pdf)>. Acesso em: 16 nov. 2017.

OLIVEIRA, F. “Intelectuais, conhecimento e espaço público”. **Revista Brasileira de Educação**, n. 18, set/out/nov/dez, 2001.

PALLASMAA, J. **A imagem corporificada:** imaginação e imaginário na arquitetura. Porto Alegre: Bookman, 2013.

PLATAFORMA DHESCA BRASIL. “Direito Humano à Cidade”. **Coleção Cartilhas de Direitos Humanos.** Vol. VI – 2ª ed. abr. 2010. Disponível em: <<http://www.dhescabrasil.org.br/>>. Acesso em: 01 abr. 2020.

PORTAL UFPR. **Pesquisador da UFPR alerta para momento de mudança social, mas também de perigos que podem custar a vida.** Publicado em: 26 mar. 2020. Disponível em:

<<https://www.ufpr.br/portalfupr/noticias/pesquisador-da-ufpr-alerta-para-momento-de-mudanca-social-mas-tambem-de-perigos-que-podem-custar-a-vida/>>. Acesso em: 26 mar. 2020.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA. **Idosos trocam sossego de casa por aulas de ioga nas regionais**. Publicado em: 17 jan. 2019. Disponível em: <<https://www.curitiba.pr.gov.br/noticias/idosos-trocam-sossego-de-casa-por-aulas-de-ioga-nas-regionais/48990>>. Acesso em: 24 dez. 2019.

\_\_\_\_\_. **Centros de Atividades para Idosos – CATI**. Disponível em: <<https://www.curitiba.pr.gov.br/servicos/centros-de-atividades-para-idosos-cati/184>>. Acesso em: 11 jan. 2020a.

\_\_\_\_\_. **Serviços socioassistenciais para a população em situação de vulnerabilidade social**. Disponível em: <<https://www.curitiba.pr.gov.br/servicos/servicos-socioassistenciais-para-a-populacao-em-situacao-de-vulnerabilidade-social/252>>. Acesso em: 11 jan. 2020b.

PSICOLOGIA DO YOGA. **Biografia do professor**. Disponível em: <<http://psicologiadayoga.com.br/%E2%96%BA-sobre-o-professor-jorge-knak>>. Acesso em: 25 set. 2018.

RAMBALDI, D. M.; OLIVEIRA, D. A. S. de (Org). **Fragmentação de ecossistemas: causas, efeitos sobre a biodiversidade e recomendações de políticas públicas**. Brasília – DF: Ministério do Meio Ambiente / Secretaria de Biodiversidade e Florestas, 2003.

REINGANTZ, P. A. et al. **Notas de aula da disciplina: Avaliação do desempenho do ambiente construído**. FAP 715/815. PROARQ, FAU, UFRJ, 2007.

RIBEIRO, A. M. **Por uma razão decolonial**. Desafios ético-político-epistemológicos à cosmovisão moderna. Civitas. Porto Alegre, v. 14, n. 1, p. 66-80, jan.-abr. 2014

SACHS, I. **Espaços, Tempos e Estratégias do Desenvolvimento**. São Paulo: Vértice, 1986.

SANTOS JUNIOR, O. A. dos. "Espaço urbano comum, heterotopia e o direito à cidade: reflexões a partir do pensamento de Henri Lefebvre e David Harvey". **Urbe, Rev. Bras. Gest. Urbana** [online]. 2014, vol.6, n.2.

SATCHIDANANDA, S. S. **Os Sutras do Yoga de Patanjali**. Transcrito e comentado por Swami Satchdananda. Tradução de: MENDES, A. G. Belo Horizonte: Del Rey, 2000.

SIEGEL, P.; BARROS, N. F. de. **Yoga: tradição e prática integrativa de saúde**. Fortaleza, Ed. UECE, 2016.

SILVA, F. L. e. **O conhecimento de Si**. Rio de Janeiro: Casa da Palavra; São Paulo: Casa do Saber, 2011.

\_\_\_\_\_. **O outro**. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2012 (Filosofias: o prazer de pensar / dirigida por Marilena Chaui e Juvenal Savian Filho).

\_\_\_\_\_. **Deleuze:** Filosofia da Diferença. Canal da Casa do Saber: Publicado em: 28 fev. 2017a. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=6Her0PEsMao>>. Acesso em: 5 set. 2018.

\_\_\_\_\_. **Levinas:** Ego e distanciamento. Canal da Casa do Saber: Publicado em: 25 abr. 2017b. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=uxWBzOVQ6-o>>. Acesso em: 22 jul. 2018.

\_\_\_\_\_. **A ética necessária:** responsabilidade e solidariedade. Canal da Casa do Saber: Publicado em: 08 abr. 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=dFRMFAGBLpQ>>. Acesso 15 jun. 2018.

SIMMEL, G. “A Metrópole e a Vida Mental”. VELHO, O. G. (org.). In: **O Fenômeno Urbano**. Rio de Janeiro: Zahar, 1967.

TOYNBEE, A. **A humanidade e a Mãe-Terra:** uma história narrativa do mundo. São Paulo, Guanabara, 1987, 772 p.

TRIAS, R. M. **La comida se ha vuelto anticomida porque es de mentira**. PlayGround, Barcelona, Jan. 2018. Disponível em: <[https://www.playgroundmag.net/food/vandana-shiva-mujeres-maestras-mundo-futuro\\_26473231.html](https://www.playgroundmag.net/food/vandana-shiva-mujeres-maestras-mundo-futuro_26473231.html)>. Acesso em: 6 out. 2018.

TUAN, Yi-Fu. **Topofilia:** um estudo da percepção, atitudes e valores do meio ambiente. Tradução de: OLIVEIRA, L. de. São Paulo: Difel, 1980.

UFRGS. **Métodos de pesquisa**. Org. GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. Coord. Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica – Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural da SEAD/UFRGS. – Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

URBS. **Institucional. URBS em números.** Disponível em: <<https://www.urbs.curitiba.pr.gov.br/institucional/urbs-em-numeros>>. Acesso em: 15 abr. 2020a.

\_\_\_\_\_. **Ruas da Cidadania. Comunidade.** Disponível em: <<https://www.urbs.curitiba.pr.gov.br/comunidade/equipamento/ruas-da-cidadania>>. Acesso em: 15 abr. 2020b.

\_\_\_\_\_. **Sustentabilidade. Transporte.** Disponível em: <<https://www.urbs.curitiba.pr.gov.br/transporte/sustentabilidade>>. Acesso em: 15 abr. 2020c.

\_\_\_\_\_. **Terminais de ônibus.** Disponível em: <<https://www.urbs.curitiba.pr.gov.br/comunidade/terminais-de-onibus>>. Acesso em: 15 abr. 2020d.

VIEIRA, P. F. “A ética do ecodesenvolvimento na Era do Antropoceno: uma perspectiva ecocêntrica-transdisciplinar”. In: **Ética socioambiental**. Barueri: Manole, 2019.

YOGA SUTRA DE PATANJALI. **Transcrito e comentado por Swami Satchidananda**. Tradução de: MENDES, A. G. Belo Horizonte: Del Rey, 2000.

ZANONI, M.; RAYNAUT, C. “Meio ambiente e desenvolvimento: imperativos para a pesquisa e a formação. Reflexões em torno do doutorado da UFPR”. **Desenvolvimento e Meio Ambiente**, v. 33, p. 9-30, abr. 2015 (Originalmente publicado no Cadernos em Desenvolvimento e Meio Ambiente, volume 1 (1994). Disponível em: <<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/made/article/view/41086/25133>>. Acesso em: 16 nov. 2017.